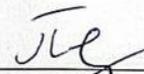


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

ОТЧЕТ
ПО УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ

Учебная научно-исследовательская практика
(получение первичных навыков НИР)

Студент
гр. БФЗ-24-1


_____ Д.Д. Пермяков

Руководитель
к.пед.н., доцент


_____ Н.В. Мазитова

Владивосток 2025

Владивосток 2025

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

ОТЗЫВ РУКОВОДИТЕЛЯ

на отчет по Учебной практике по получению навыков исследовательской работы студента группы БФЗ-24-1Пермяков Данил Денисович, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура по профилю Спорт и фитнес.

Руководитель учебной практики доцент кафедры спортивно-педагогических дисциплин Н.В.Мазитова.

Тема индивидуального задания: «Особенности развития координационных способностей футболистов 10-12 лет».

В данном Отчете представлены результаты выполнения следующих заданий:

- анализ литературных источников по теме исследования;
- проведение социологического опроса в форме анкетирования по проблеме исследования;
- проведение педагогического наблюдения и анализ урока по физической культуре по теме исследования.

Студент успешно и вовремя справился с решением общих задач по организации исследования, самостоятельно получил, обработал и представил результаты анализа литературных источников, социологического опроса и анализа педагогического наблюдения.

Студент в полной мере предоставил все требуемые материалы прохождения учебной практики с результатом на оценку – «Отлично».

Руководитель практики _____ / Мазитова Н.В. /

	МИНОБРНАУКИ РОССИИ
	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Владивостокский государственный университет»
	<i>Кафедра спортивно-педагогических дисциплин</i>

Направление подготовки

Направление 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки

Спорт и фитнес

ЗАДАНИЕ

**Учебная практика по получению навыков
исследовательской работы**

Студент Пермяков Данил Денисович

группа БФЗ-24-1

1. Тема индивидуального задания на практику (Тема исследования)

Особенности развития координационных способностей у футболистов 10-12 лет.

2. Задания на практику

- провести анализ литературных источников по теме индивидуального задания и предоставить результаты анализа литературных источников по проблеме исследования;

- провести социологический опрос форме анкетирования с целью выявления представления респондентов, связанных с проблемой исследования;

- провести педагогическое наблюдение и анализ тренировочного занятия в контексте выбранной темы (проблемы) исследования

3. Календарный план-график подготовки и оформления Отчета по учебной практике

№	Выполняемые работы	Форма проведения	Отметка о выполнении	
1.	Организационное собрание. Инструктаж по технике безопасности	Аудиторное занятие	<i>Выполнено</i>	
2.	Выбор темы индивидуального задания и согласование с руководителем	Самостоятельная работа. Консультация с руководителем	<i>Выполнено</i>	
3.	Составление предварительного списка литературных и интернет источников	Консультация с руководителем в том числе на платформе Adobe Connect	<i>Выполнено</i>	
4.	Разработка и представление руководителю темы индивидуального задания на практику		<i>Выполнено</i>	
5.	Разработка и представление руководителю Титульного листа, Содержания и Введения к Отчету по учебной практике		<i>Выполнено</i>	
6.	Разработка и представление руководителю Первого раздела Отчета		<i>Выполнено</i>	
7.	Разработка и представление руководителю Второго раздела Отчета		<i>Выполнено</i>	
8.	Разработка и представление руководителю Третьего раздела Отчета		<i>Выполнено</i>	
9.	Формулирование выводов и составление списка использованных источников		<i>Выполнено</i>	
10.	Доработка доклада и презентации для защиты Отчета		<i>Выполнено</i>	
11.	Предзащита Отчета на практическом занятии и получение отзыва руководителя		Практическое занятие, в том числе на платформе Adobe Connect	<i>Выполнено</i>
12.	Защита Отчета			<i>Выполнено</i>

4. Основные источники информации, используемые для разработки темы

Основная литература

Данилова, И.И. Введение в проектную и научно-исследовательскую деятельность : учеб. пособие / Ю.В. Привалова; Южный федер. ун-т; И.И. Данилова .— Ростов-на-Дону : Изд-во ЮФУ, 2019 .— 108 с. : ил. — ISBN 978-5-9275-3125-7 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/745916> (дата обращения: 03.05.2023)

Никитушкин В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для вузов [Электронный ресурс] : Москва : Издательство Юрайт , 2022 - 232 - Режим доступа: <https://urait.ru/book/osnovy-nauchno-metodicheskoy-deyatelnosti-v-oblasti-fizicheskoy-kultury-i-sporta-492454>

Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности : Методическая литература [Электронный ресурс] - Сочи : Сочинский государственный университет , 2020 - 32 - Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=618255

Дополнительная литература

Алехин И.А. Технологии профессионально ориентированного обучения: учебное пособие/ И.А. Алехин М.: Российская таможенная академия, 2016. 156 с. <http://www.iprbookshop.ru/69819.html>

Воробьева Е.В. Педагогическая практика студентов по физическому воспитанию в общеобразовательных учреждениях: учебно-методическое пособие/ Воробьева Е.В., Григорьев А.А. Иркутск: Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, 2010. 174 с. <http://www.iprbookshop.ru/15700.html>

Сайт для учителя по физической культуре

<https://fiz-ra-ura.jimdofree.com/методичка/рабочие-программы/>

Руководитель  / Мазитова Н.В. /

Задание принял(а)



/ Пермяков Д.Д. /

Содержание

Введение	8
Раздел 1. Развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет по результатам анализ литературных источников	10
1 Развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет.....	11
1.1 Развитие координационных способностей.....	11
1.2 Специальная физическая подготовка юных футболистов	12
1.3 Психолого-педагогическая характеристика10-12 лет	13
Список литературы по разделу	14
Раздел 2. Представления респондентов социологического опроса по проблеме координационных способностей у детей возрастной категории 10-12 лет в футболе по результатам анкетирования	16
Список литературы по разделу	19
Раздел 3 Педагогическая характеристика тренировочного занятия футболу для занимающихся категории 10-12 лет по теме развитие координационных способностей на тренажере «лестница» по результатам педагогического наблюдения.....	20
Список литературы по разделу	23
Выводы	24
Список литературы.....	26
Приложения	29

Введение

Назначением учебной практики по получению навыков исследовательской работы является приобретение студентами компетенций позволяющей осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. Данная компетенция предполагает овладение обучающимися базовым методам исследовательской деятельности, а именно: способами работы с научно-методическими первоисточниками; социологическим опросом; и наблюдением; методами математической обработке результатов и их графической интерпретацией. Учебная практика является связующим звеном между теоретическими знаниями, полученными на дисциплинах учебного плана ОПОП и практической деятельностью по внедрению этих знаний в профессиональную деятельность на данном этапе формирования компетенции.

Итоговым документом, позволяющим квалифицировать качество и объем исследовательской работы, является «Отчет по учебной практике». В данном Отчете представлены результаты выполнения следующих заданий:

- анализ литературных источников по выбранной проблеме (развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет);
- проведение социологического опроса в форме анкетирования с целью выявления представления респондентов по теме особенности координационных способностей у футболистов 10-12 лет;
- проведение педагогического наблюдения и анализ занятия по физической культуре для занимающихся 10-12 лет по теме «развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет».

Актуальность: Актуальность исследования развития координационных способностей у футболистов 10-12 лет обусловлена тем, что в этом возрасте происходит интенсивное формирование моторных навыков, необходимых для успешного освоения футбольной техники и тактики. Эффективное развитие координации не только способствует улучшению игровых показателей, но и снижает риск травм, важно для здоровья юных спортсменов. Кроме того, раннее внимание к этим аспектам помогает выявить и развить таланты, обеспечивая основу для дальнейших спортивных достижений.

Проблема исследования: Недостаток футболистов с хорошо развитыми координационными способностями.

Цель систематизировать, проанализировать и обобщить информацию, полученную в результате исследования по проблеме развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет.

Задачи исследования:

1. Изучить теоретические аспекты координационной подготовки футболистов 10-12 лет.
2. Провести социологический опрос по теме «развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет» и выявить сложности в совершенствовании координационных навыков.
3. Составить педагогическую характеристику занятия по футболу для футболистов 10-12 лет по теме «развитие координационных способностей» по результатам педагогического наблюдения

Практическая значимость исследования: Улучшение навыков юных футболистов, подготовка к профессиональному спорту.

Методы исследования:

1. Анализ и обобщение научно-методической литературы
2. Социологический опрос в форме анкетирования
3. Педагогическое наблюдение

Раздел 1. Развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет по результатам анализ литературных источников

Для выполнения Задания по анализу литературных источников мы использовали электронные и библиотечные ресурсы: Академия повышения квалификации и профессиональной переподготовки, книжная выставка МГАФК, образовательный маркетплейс «Инфоурок», nsportal.ru, электронная библиотека БГТУ.

Целью анализа литературы являлось: обосновать значимость развития координационных способностей у футболистов 10-12 лет на начальном этапе подготовки.

Задачи исследования:

1) провести анализ литературных источников по проблеме развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет на начальном этапе подготовки.

2) составить текст, состоящий из трех параграфов (1.1, 1.2, 1.3) входящих в Первую главу курсовой работы по проблеме развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет на начальном этапе подготовки;

3) составить список литературных источников по проблеме исследования развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет на начальном этапе подготовки .

Для решения *первой задачи* нами были проанализированы источники по следующим тематическим направлениям «Развитие координационных способностей» - 39 процентов; «Развитие физической культуры» - 17 процентов; «Совершенствование методики технической подготовки юных футболистов» - 12 процентов; «Психолого-педагогическое обеспечение спортивной подготовки футболистов на основе индивидуально дифференцированного подхода» - 10 процентов; «Биомеханический контроль технической и физической подготовленности футболистов» - 9 процентов источника; «Формирование спортивного мастерства юных футболистов» - 7 процентов источник; «Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена» - 6 процентов.

Далее нами была проанализирована публикация по теме «Особенности развития юных футболистов» содержание которой в большей мере соответствует проблеме особенности развития координационных способностей у футболистов 10-12 лет и разработана Первая глава «Развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет» и три параграфа курсовой работы: Развитие координационных способностей; Специальная физическая подготовка юных футболистов; Психолого-педагогическая характеристика детей 10-12 лет.

1 Развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет

1.1 Развитие координационных способностей

Решение задач физического воспитания по направленному развитию координационных способностей, прежде всего на занятиях с детьми (начиная с дошкольного возраста), со школьниками и с другими занимающимися приводит к тому, что они: значительно быстрее и на более высоком качественном уровне овладевают различными двигательными действиями; постоянно пополняют свой двигательный опыт, который затем помогает успешнее справляться с заданиями по овладению более сложными в координационном отношении двигательными навыками (спортивными, трудовыми и др.); приобретают умения экономно расходовать свои энергетические ресурсы в процессе двигательной деятельности; испытывают в психологическом отношении чувства радости и удовлетворения от освоения в совершенных формах новых разнообразных движений.

К числу основным видам координационных способностей относятся:

1. способность к дифференцированию различных параметров движения (временных пространственных, силовых);
2. способность к ориентированию в пространстве;
3. способность к равновесию;
4. способность к перестраиванию движений;
5. способность к комбинированию движений;
6. способность приспосабливаться к изменяющейся ситуации и к необычной постановке задач;
7. способность к выполнению заданий в заданном ритме;
8. способность к управлению временем двигательных реакций;
9. способность предвосхищать различные признаки движений, условия их выполнения и ход изменения ситуации в целом;
10. способность к рациональному расслаблению мышц.

Критерии и методы оценки координационных способностей. Критерий (греч. criterion) – признак, на основе которого происходит оценка, определение или классификация чего-либо. В качестве главных критериев оценки координационных способностей выделяют четыре основных признака: правильность выполнения движения, быстроту результата, рациональность движений и действий и двигательную находчивость. Эти критерии имеют качественные и количественные стороны. К качественным

характеристикам оценки координационных способностей относятся адекватность, своевременность, целесообразность и инициативность, а к количественным – точность, скорость, экономичность и стабильность движений.

В этой связи свои координационные способности ученик может проявлять только через одно какое либо свойство; например, это точность попадания в цель. Однако человек проявляет координационные способности значительно чаще через совокупность выше представленных свойств, координируя свою двигательную активность одновременно по двум или нескольким критериям: по скорости и экономичности (передвижение на лыжах по пересеченной местности); по точности, своевременности и скорости (при выполнении передач, ударов по мячу). Это надо учитывать учителю как при выборе и разработке соответствующих тестов, так и при анализе показателей полученных в результате тестирования.

1.2 Специальная физическая подготовка юных футболистов

В футболе развитие координационных способностей, реализуется в методической последовательности: первоначально в учебной, а затем в тренировочной игре в облегченных, позже – в сложных условиях. Первый этап – тренировка большинства моторных качеств и их вариантов, нацеленных на решение тактических заданий. Второй этап – развитие координационных способностей, необходимых для правильного решения игровых ситуаций, т. е. умения выбирать правильный ход и его моторное исполнение в разных ситуациях и условиях. Третий этап – развитие координационных способностей, необходимых для правильного технического выполнения тактических заданий в различных игровых ситуациях и действиях в противоборстве с противником.

Почти во всех программах подготовки футболистов на первое место выдвигается овладение отдельными элементами техники, затем рекомендуется использовать их в условиях игры. Во время тренировок футболисты овладевают действиями, которые представляют собой единство технических умений, тактических способностей и компонентов физической подготовки, однако в отдельных необходимых случаях не запрещается и обучение отдельным действиям. На тренировках, носящих состязательный характер, в любой форме неизбежно проявляются ошибки и недостатки, которые в дальнейшем устраняются с большим трудом. Их появление объясняется тем, что во время тренировок продолжают обращать внимание на специфическую технику движений, которые используются в игре.

Концепции тренировок футболистов базируются на дидактике, особенно это касается двусторонней игры. Принято считать, что игра не складывается из отдельно изученных элементов техники и тактических навыков, а представляет собой единство факторов, тесно взаимосвязанных между собой. Естественно, что приемами техники игры без препятствий футболисты овладевают быстрее, без стрессовых нагрузок, присущих игровым ситуациям, не нарушая последовательности подготовки, однако такое стандартное овладение упражнениями возможно только вне игры как способ индивидуальной подготовки или как одна из форм активного отдыха. Выполнение таких упражнений преследует другую цель, поскольку находится в противоречии с основными требованиями к элементам, обеспечивающим результативную игру: умением быстро оценить ситуацию и сделать адекватный ей выбор технических и тактических способов, необходимых для решения игровых заданий (гол, победа и др.).

1.3 Психолого-педагогическая характеристика 10-12 лет

В психическом развитии детей данного возраста также есть свои особенности, связанные с дальнейшей дифференциацией психических функций и психических качеств ребенка, в этот период осуществляется переходом наглядно-конкретного к абстрактно-логическому мышлению. У детей этого возраста наблюдается повышение интереса к спорту, готовности к обучению, активность, постоянно растет способность восприятия и переработки информации, однако, им свойственна высокая возбудимость, большая подвижность нервных процессов и преобладание возбуждения над торможением, кроме того, дети этого возраста быстро утомляются. Несмотря на это, дети учатся распределять свое внимание, выбирать на чем его сконцентрировать, а на чем нет.

Следует обратить внимание, что маленькие спортсмены в этом возрасте еще сложно реагировать на предметы, которые подвижны, что выражается в запаздывание принятия решения (например, они не попадают по мячу, промахиваются). В данный период взросления следует больше использовать зрительные представления ребенка, то есть больше показывать на своем примере, рассказывать о виде спорта, ходить на соревнования, в качестве зрителей, подробно разбирать движения. Восприятие ребенка будут быстро улавливать движения и запоминать их. Также лучше выбирать легкие тактические задачи, чтобы ребята могли постепенно сокращать время на принятие решения. М.Р. Григорьян считает, что в возрасте 11 лет продолжается расширение

функциональных возможностей первой и второй сигнальной систем, улучшается внимание, складывается определенный тип нервной системы.

В данном возрасте уже начинает проявляться ориентация в пространственных движениях, к 13 годам дети уже более четко фокусируются на движении предмета. У детей рассматриваемого возраста интенсивно развиваются и достигают высокой степени кинестетические координационные способности (КС), хотя для детей 10 лет одновременный анализ движений по пространственным, временным силовым параметрам может быть пока сложен. При этом, организм подростков способен быстро настраиваться на работу. Причиной является большая подвижность нервных процессов, поэтому разминку в занятиях целесообразно делать не более 8-10 мин. По данным М.М. Чернецова, в 10-12 лет завершается процесс формирования функциональной сенсомоторной системы, достигается максимальный уровень взаимодействия всех анализаторных систем, завершается формирование основных механизмов произвольных движений. Поэтому для мальчиков 10-12 лет характерна высокая способность к усвоению сложных двигательных действий.

Список литературы по разделу

1. Постановление Правительства Российской Федерации от 21 января 2015 г. № 30 «О Федеральной целевой программе «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016–2020 годы». "Собрание законодательства РФ", 02.02.2015, N 5, ст. 810.
2. Постановление Правительства РФ от 15.04.2014 N 302 (ред. от 09.06.2018) "Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие физической культуры и спорта". законодательства РФ", 05.05.2014, N 18 (часть I), ст. 2151.
3. Распоряжение Правительства "Собрание РФ от 07.08.2009 N 1101 Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года. "Собрание законодательства РФ", 17.08.2009, N 33, ст. 4110.
4. Распоряжение Правительства РФ от 02.01.2014 N 2-р Об утверждении Концепции федеральной целевой программы "Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016 - 2020 годы". "Собрание законодательства РФ", 13.01.2014, N 2 (часть II), ст. 229.
5. Андреев, М. М. Развитие физических качеств младших школьников в процессе освоения учебного содержания игры футбол: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04/ Андреев М.М. – Москва, 2011. – 24 с.

6. Бандаков М.П., Полевой Г.Г. Методика дифференцированного развития специфических координационных способностей футболистов 11-12 лет с учетом типологических особенностей проявления свойств нервной системы // Современные проблемы науки и образования. - № 5. – 2014. – С. 1-14.

7. Бубякина, Е.В. Развитие координационных способностей детей на уроках физической культуры // Научный альманах. - № 11. – 2015. - С. 57-59.

8. Герасименко, А. П. Совершенствование основ техника - тактического мастерства юных футболистов [Текст] / А. П. Герасименко. – Волгоград :ВГАФК, 2007. – 87 с.

9. Горская, И. Ю. Оценка координационной подготовленности в спорте[Текст] / И. Ю. Горская // Теория и практика физ. культуры. – 2010. – № 7. –С. 34–37.

10. Григорьян, М. Р. Техническая подготовка юных футболистов с учетом дифференцирования специализированных нагрузок повышенной координационной сложности [Текст] :автореф. дис. ... канд. пед. наук / М. Р. Григорьян. –Краснодар, 2009. – 26 с.

11. Губа, В. П. Интегральная подготовка футболистов [Текст] :учеб.издание / под ред. В. П. Губы, А. В. Лексакова, А. В. Антипова. – М. : Сов.спорт,2010. – 208 с.

Раздел 2. Представления респондентов социологического опроса по проблеме координационных способностей у детей возрастной категории 10-12 лет в футболе по результатам анкетирования

Социологический опрос в форме анкетирования был организован и проведен на базе ПСО «Динамо» способом офлайн анкетирования; в опросе принимали участие 10 спортсменов возрастной категории 10-12 лет, занимающиеся футболом от 1 до 5 лет.

Цель анкетирования: обосновать представления респондентов о проблемах развития координационных способностей у футболистов 10-12 лет.

Задачи исследования:

1) разработать анкету для проведения социологического опроса в форме анкетирования по теме «Проблемы координационных способностей у футболистов 10-12 лет»;

2) организовать и провести опрос по теме «Проблемы развития координационных способностей у футболистов 10-12 лет»;

3) выполнить математическую обработку показателей опроса и предоставить графическую и пояснительную интерпретацию результатов анкетирования по теме «Проблемы развития координационных способностей у футболистов 10-12 лет».

Решение *первой задачи* мы начали с определения целей, задач, и форм проведения анкетного опроса. Затем был разработан бланк анкеты и ключи интерпретации результатов (Приложение А)

Для решения *второй задачи* нами был подготовлен и проведен социологический опрос в форме анкетирования, который состоял из следующих этапов: анализ опросов по схожим темам на онлайн платформах, подготовка вопросов по теме, общение с молодыми футболистами, сбор данных по результатам опроса.

В рамках *третьей задачи* нами была произведена обработка показателей анкетирования методами математической статистики (Таблица 1) и выполнена графическая интерпретация результатов (Рисунок 1).

Таблица 1 - Показатели анкетирования по теме «Проблемы координационных способностей у детей возрастной категории 10-12 лет в футболе»

Респонденты: футболисты 10-12 лет	Сколько вам полных лет?	Сколько лет вы занимаетесь футболом?	Знаете ли вы что такое координационные способности в футболе?	Знаете ли вы какие есть тренировки для развития координации?	Насколько вы оцениваете свои координационные способности?	Считаете ли вы что координационные способности самые важные в футболе
10 человек	10 лет – 45% 11 лет – 25% 12 лет – 30%	1-3 года – 40% 4-5 лет – 60%	Да – 70% Нет – 30%	Да – 20% Нет – 20% Знаю, но не все – 60%	Плохо – 10% Хорошо – 60% Отлично – 30%	Да – 45% Нет – 55%

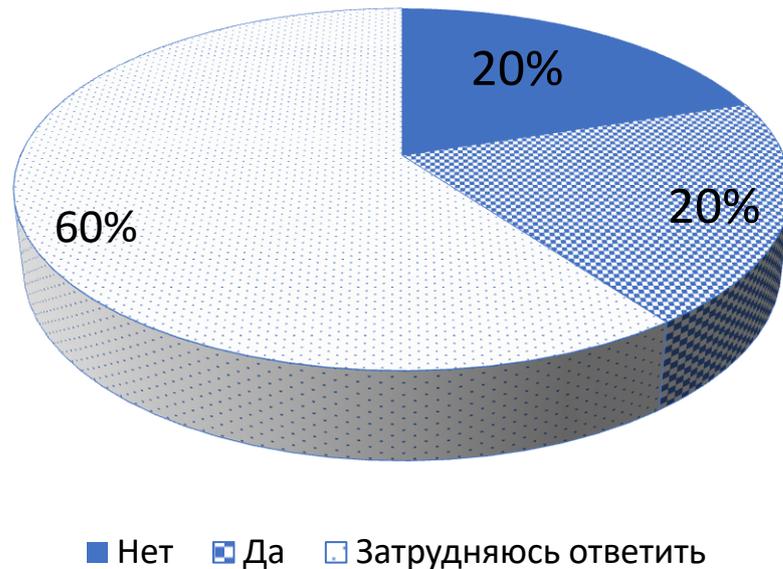


Рисунок 1 – Ответ респондентов на вопрос «Знаете ли вы какие есть тренировки для развития координации?»

По результатам опроса, юные футболисты ответили следующим образом, (60%) респондентов большинство из них затрудняется ответить. А на счет знают или не знают количество голосов оказалось одинаковым. Таким образом большинство футболистов все равно знают какие то упражнения.

Насколько вы оцениваете свои координационные способности?

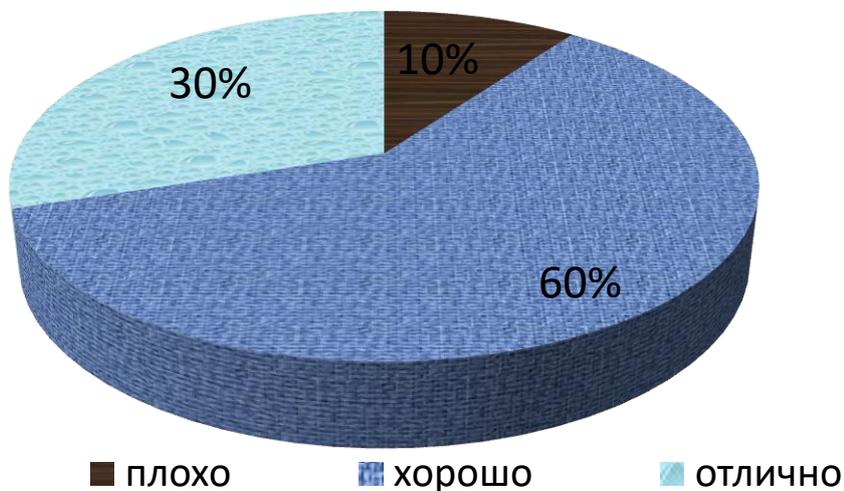


Рисунок 2 - Ответ респондентов на вопрос «Насколько вы оцениваете свои координационные способности?»

По результат опроса можно сделать вывод, что большее количество детей (60%) считают, что они хорошо координированы, также (30%) детей считают, что они в данном возрасте уже отлично координированы, и оставшиеся (10%) футболистов оценивают плохо свою координацию.

Считаете ли вы что координационные способности самые важные в футболе

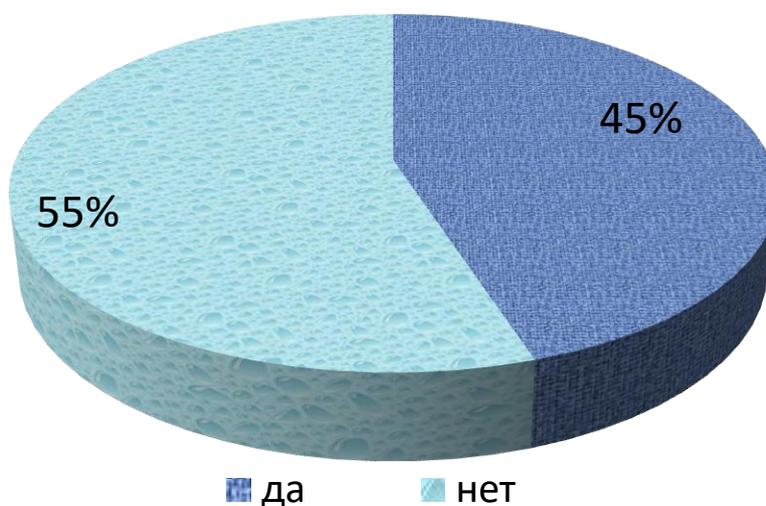


Рисунок 3 - Оценка респондентами «Считаете ли вы что координационные способности самые важные в футболе».

По результатам опроса мы можем сделать вывод, что юные футболисты считают правильным ответ на данный вопрос, но немного большее количество дало ответ – да (55%) и ответ – нет (45%).

Вывод: Исходя из всех заданных вопросов респондентам и полученными ответами на них, можно сказать, что (60 %) юных футболистов затрудняются ответить на вопрос «знаете ли вы какие есть тренировки для развития координации?». Также отвечая на вопрос «насколько вы оцениваете свои координационные способности?» (60 %) ответили, что хорошо оценивают свои координационные способности. И на последний вопрос «считаете ли вы что координационные способности самые важные в футболе» (55 %) футболистов ответили да.

Список литературы по разделу

5. Андреев, М. М. Развитие физических качеств младших школьников в процессе освоения учебного содержания игры футбол: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04/ Андреев М.М. – Москва, 2011. – 24 с.

6. Бандаков М.П., Полевой Г.Г. Методика дифференцированного развития специфических координационных способностей футболистов 11-12 лет с учетом типологических особенностей проявления свойств нервной системы // Современные проблемы науки и образования. - № 5. – 2014. – С. 1-14.

7. Бубякина, Е.В. Развитие координационных способностей детей на уроках физической культуры // Научный альманах. - № 11. – 2015. - С. 57-59.

8. Герасименко, А. П. Совершенствование основ техника - тактического мастерства юных футболистов [Текст] / А. П. Герасименко. – Волгоград :ВГАФК, 2007. – 87 с.

Раздел 3 Педагогическая характеристика тренировочного занятия футболу для занимающихся категории 10-12 лет по теме развитие координационных способностей на тренажере «лестница» по результатам педагогического наблюдения

Педагогическое наблюдение было организовано и проведено на базе ПСО «Динамо». Наблюдалось тренировочное занятие на группе «развитие координации на тренажере лестница», тема занятия «Развитие координационных способностей на тренажере (лестница)».

Цель педагогического наблюдения: обосновать состав учебных заданий и нагрузочные параметры наблюдаемого тренировочного занятия в группе «футболистов 10-12 лет».

Задачи исследования:

- 1) организовать и провести педагогическое наблюдение с использованием фото/кино-съемки тренировочного занятия по футболу группы «футболистов 10-12 лет», тема занятия «Развитие координационных способностей на координационной лестнице;
- 2) определить состав учебных заданий в каждой части занятия и зафиксировать нагрузочные параметры (объем и интенсивность);
- 3) выполнить математическую обработку показателей наблюдения и предоставить графическую и пояснительную интерпретацию результатов наблюдения.

Решение *первой задачи* мы начали с определения целей, задач, и технической подготовки к процедуре педагогического наблюдения. Затем был разработан бланк протокола наблюдения (Приложение Б).

Для решения *второй задачи* нами было проведено наблюдения тренировочного занятия по спортивной аэробике, определен состав учебных заданий в каждой части занятия и зафиксированы нагрузочные параметры (объем, интенсивность, интервалы отдыха) (Таблица 2).

Таблица 2 – Протокол педагогического наблюдения.

Анализ тренировочного занятия

Состав учебных заданий и нагрузочные параметры тренировочного занятия

Место проведения занятия (Учреждение): стадион «Динамо»

Дата и время проведения занятия: 2 июня 2025 10:00 – 10:40

Ф.И.О. проводящего занятие: Горлов Михаил Владимирович

Данные о занимающихся: группа 12 человек категории 10-12 лет: мальчиков 12, девочек 0

Тема занятия Развитие координационных способностей на тренажере «лестница»

Задачи занятия:

1. Образовательная: развитие координации на тренажере «лестница»

2. Оздоровительная: улучшение способности организма эффективно контролировать движения

3. Воспитательная: воспитание дисциплины

Используемый инвентарь: координационная лестница

Ф.И.О. студента, наблюдающего занятия Пермяков Данил Денисович

Группа БФЗ-24-1

ПРОТОКОЛ НАБЛЮДЕНИЯ

	Состав учебных заданий (средства)	Объем (время воздействия)	Интенсивность (темп, напряженность)	Примерная интенсивность (%)
Подготовительная часть				
1	Бег	5 мин	средний	60
2	Беговые упражнения	5 мин	средний	60
3	Ходьба	30 сек	низкий	30
Количество учебных заданий 3	Сумма (мин) 10.30	Средний результат интенсивности в % - 50		
Основная часть				
4	Бег с высоким подниманием колен	1 мин	средняя	50
5	Боковой шаг	1 мин	средняя	50
6	Перекрестные шаги	1 мин	средняя	50
7	Двойные шаги	1 мин	средняя	50
8	Скользящие шаги	1 мин	средняя	50
9	Прыжки в клетку	1 мин	средняя	50
10	Задние шаги	1 мин	средняя	50
11	Шаги с поворотом	1 мин	средняя	50
12	Боковые прыжки	1 мин	средняя	50
13	Ноги врозь - вместе	1 мин	средняя	50
14	Скоростные шаги	1 мин	средняя	50
Количество учебных заданий 11	Сумма (мин) 11 мин	Преимущественная интенсивность средняя		
Заключительная часть				
15	Игра в футбол с элементами координационных способностей	15 мин	высокая	100
Количество учебных заданий 1	Сумма (мин) 15			
Общее количество учебных заданий 15	Общая сумма (мин) 36. 30	Преимущественная интенсивность высокая		
		Общая		

		преимущест венная интенсивность средняя		
--	--	--	--	--

Так же, была проведена фотосъемка (скриншоты) наиболее значимых фрагментов занятия и даны комментарии к фотоматериалам (Приложение В)

В рамках *третьей задачи* нами была произведена обработка показателей педагогического наблюдения методами математической статистики (Таблица 3) и выполнена графическая интерпретация результатов (Рисунок 4).

Таблица 3 – Табличная форма обработанных результатов наблюдения

№ Задания	Объем (время воздействия)	Примерная интенсивность (%)
1	5 мин	60
2	5 мин	60
3	30 сек	30
4	1 мин	50
5	1 мин	50
6	1 мин	50
7	1 мин	50
8	1 мин	50
9	1 мин	50
10	1 мин	50
11	1 мин	50
12	1 мин	50
13	1 мин	50
14	1 мин	50
15	15 мин	100

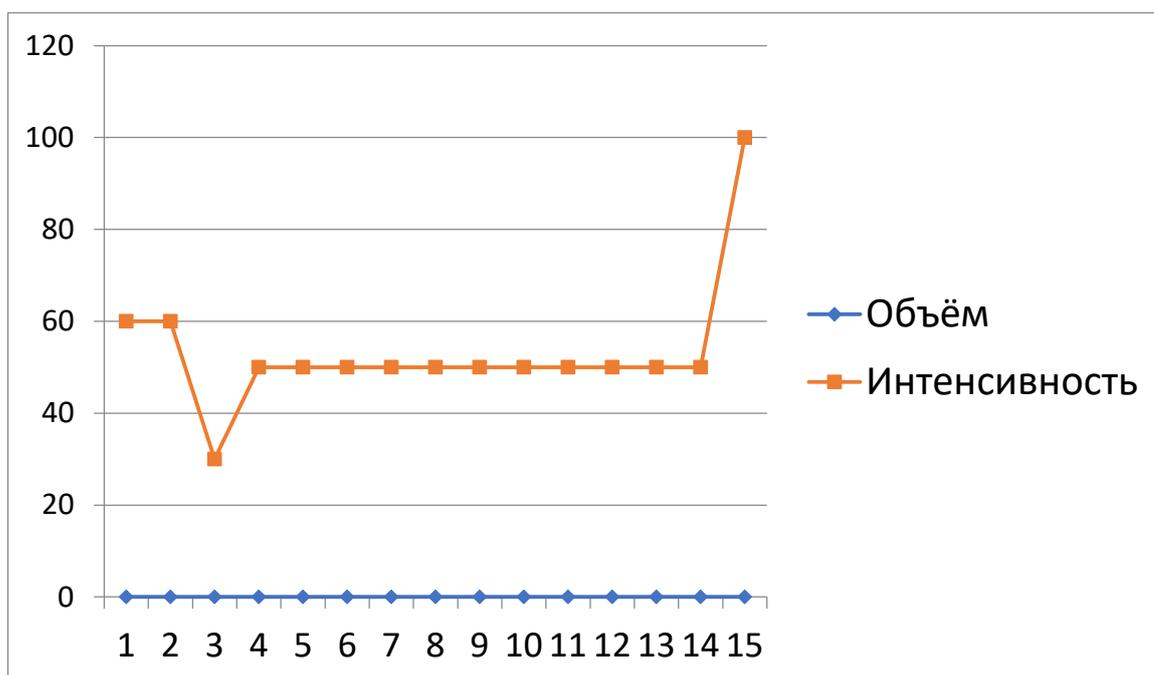


Рисунок 4 - Графическое изображение динамики объема и интенсивности нагрузки относительно учебных заданий.

В заключении дадим комментарии к результатам педагогического наблюдения тренировочного занятия на группе «футболисты 10-12 лет», тема занятия «Развитие координационных способностей на тренажере (лестница)» в тренировочном процессе, направленном на совершенствование координации делается акцент на большом объеме (времени воздействия), а также на хорошей интенсивности выполненных упражнений. Благодаря такому тренировочному процессу происходит хорошее развитие координационных способностей, за счет тренажера (лестница) работают в большем числе как раз координационные способности на которые мы делаем большой акцент.

Список литературы по разделу

20. Полевой, Г.Г. Развитие специфических координационных способностей футболистов 11-12 лет с учетом особенностей проявления свойств нервной системы. Монография. Ульяновск. Зебра. 2015. – 105 с.

21. Просандеев, П.П. Повышение эффективности тренировочного процесса подготовки футболистов в залах // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сб. ст. по матер. V междунар. науч.-практ. конф. Часть I. – Новосибирск: СибАК, 2011. – С. 24-29.

22. Селуянов, В. Н. Футбол: проблемы физической и технической подготовки / В. Н. Селуянов, К. С. Сарсания, В.А. Заборов. – Долгопрудный : Издательский дом «ИНТЕЛЛЕКТиК», 2012.– 160 с.

23. Такмаков, А. В. Матрица футбола / А. В. Такмаков. – Краснодар : ООО «Касплюс», 2009.– 114 с.

24. Тихомиров, Ю.В. Биомеханический контроль технической и физической подготовленности футболистов / Ю.В. Тихомиров, И.В. Акинфеев, М.А. Правдов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2011. - № 9. - С. 150-155.

Выводы

За время прохождения Учебной практики по получению навыков исследовательской работы мы исследовали развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет.

Получили навыки разработки и проведения социологического опроса в форме анкетирования, состоящего из следующих этапов: анализ опросов по схожим темам на онлайн платформах, подготовка вопросов по теме, общение с молодыми футболистами, сбор данных по результатам опроса. Научились обрабатывать показатели анкетирования методами математической статистики и графической интерпретации результатов.

Организовали и провели педагогическое наблюдение с использованием фото съемки тренировочного процесса по футболу группы «футболисты 10-12 лет», тема занятия «развитие координационных способностей на тренажере (лестница)». В ходе наблюдения определили сильные и слабые качества координации у юных футболистов и зафиксировали нагрузочные параметры (объем и интенсивность). Выполнили математическую обработку показателей наблюдения и предоставили графическую и пояснительную интерпретацию результатов наблюдения.

1. В процессе анализа литературных источников нами были сделаны следующие обобщения: развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет является ключевым аспектом их физической подготовки, способствующим улучшению игровых навыков и снижению травматизма. Эффективные тренировки, направленные на развитие координации, могут значительно повысить уровень игры и сформировать у молодых спортсменов уверенность в своих силах. Важно учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и адаптировать тренировочный процесс для достижения наилучших результатов.

2. В результате анкетного опроса удалось выяснить, что большинство детей считают, что они хорошо координированы (60%), кроме этого знают различные упражнения и уделяют внимание координационным способностям самостоятельно. Таким образом, можно сказать, что юные футболисты считают координационные способности важным аспектом в футболе, что является правильным.

3. Педагогическое наблюдение за тренировочным занятием по футболу показало, что развитие координационных способностей у футболистов 10-12 лет значительно улучшает их игровые навыки и общую физическую подготовленность. Регулярные занятия, направленные на развитие координации, способствуют повышению уверенности

игроков на поле и снижению риска травм. Таким образом, акцент на координационные упражнения является важным аспектом в тренировочном процессе юных футболистов.

Список литературы

1. Постановление Правительства Российской Федерации от 21 января 2015 г. № 30 «О Федеральной целевой программе «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016–2020 годы». "Собрание законодательства РФ", 02.02.2015, N 5, ст. 810.
2. Постановление Правительства РФ от 15.04.2014 N 302 (ред. от 09.06.2018) "Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие физической культуры и спорта". законодательства РФ", 05.05.2014, N 18 (часть I), ст. 2151.
3. Распоряжение Правительства "Собрание РФ от 07.08.2009 N 1101 Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года. "Собрание законодательства РФ", 17.08.2009, N 33, ст. 4110.
4. Распоряжение Правительства РФ от 02.01.2014 N 2-р Об утверждении Концепции федеральной целевой программы "Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016 - 2020 годы". "Собрание законодательства РФ", 13.01.2014, N 2 (часть II), ст. 229.
5. Андреев, М. М. Развитие физических качеств младших школьников в процессе освоения учебного содержания игры футбол: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04/ Андреев М.М. – Москва, 2011. – 24 с.
6. Бандаков М.П., Полевой Г.Г. Методика дифференцированного развития специфических координационных способностей футболистов 11-12 лет с учетом типологических особенностей проявления свойств нервной системы // Современные проблемы науки и образования. - № 5. – 2014. – С. 1-14.
7. Бубякина, Е.В. Развитие координационных способностей детей на уроках физической культуры // Научный альманах. - № 11. – 2015. - С. 57-59.
8. Герасименко, А. П. Совершенствование основ техника - тактического мастерства юных футболистов [Текст] / А. П. Герасименко. – Волгоград :ВГАФК, 2007. – 87 с.
9. Горская, И. Ю. Оценка координационной подготовленности в спорте[Текст] / И. Ю. Горская // Теория и практика физ. культуры. – 2010. – № 7. –С. 34–37.
10. Григорьян, М. Р. Техническая подготовка юных футболистов с учетом дифференцирования специализированных нагрузок повышенной координационной сложности [Текст] :автореф. дис. ... канд. пед. наук / М. Р. Григорьян. –Краснодар, 2009. – 26 с.
11. Губа, В. П. Интегральная подготовка футболистов [Текст] :учеб.издание / под ред. В. П. Губы, А. В. Лексакова, А. В. Антипова. – М. : Сов.спорт,2010. – 208 с.

12. Гурьев, А. А. Методика специальной физической подготовки для повышения КС и вестибулярной устойчивости волейболистов с учетом их морфофункциональных особенностей [Текст] :автореф. дис. ... канд. пед. наук /А. А. Гурьев. – Малаховка, 2010. – 25 с.
13. Кудяшев Н.Х. Совершенствование методики технической подготовки юных футболистов на основе реализации принципа обобщения в обучении футболистов // Педагогика - психологические и медико - биологические проблемы физической культуры и спорта. - № 1. – 2011. – С. 1-9.
14. Лапшин, О. Б. Теория и методика подготовки юных футболистов[Текст] :метод.пособие / О. Б. Лапшин. – М. : Человек, 2010. – 176 с.
15. Лысова, Н. Ф. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена[Текст] / Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман, Я. Л. Завьялова, В. М. Ширшова. –Новосибирск :Сиб. унив. изд-во, 2010. – 398 с.
16. Лях, В. И. Координационная тренировка в футболе [Текст] / В. И. Лях,З.Витковски. – М. :Сов.спорт, 2010. – 216 с.
17. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Текст]: учебник для вузов физич. культуры / Л. П. Матвеев. – 5-е изд. – М. :Сов.спорт, 2010. – 340 с.
18. Монаков, Г. В. Подготовка футболистов: Методика совершенствования [Текст] / Г. В. Монаков. – Псков, 2009. – 200 с.
19. Николаенко, В.В. Формирование спортивного мастерства юных футболистов // Наука и спорт: современные тенденции. - № 1. – 2016. – С. 61-66.
20. Полевой, Г.Г. Развитие специфических координационных способностей футболистов 11-12 лет с учетом особенностей проявления свойств нервной системы. Монография. Ульяновск. Зебра. 2015. – 105 с.
21. Просандеев, П.П. Повышение эффективности тренировочного процесса подготовки футболистов в залах // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сб. ст. по матер. V междунар. науч.-практ. конф. Часть I. – Новосибирск: СибАК, 2011. – С. 24-29.
22. Селуянов, В. Н. Футбол: проблемы физической и технической подготовки / В. Н. Селуянов, К. С. Сарсания, В.А. Заборов. – Долгопрудный : Издательский дом «ИНТЕЛЛЕКТик», 2012.– 160 с.
23. Такмаков, А. В. Матрица футбола / А. В. Такмаков. – Краснодар : ООО «Касплюс», 2009.– 114 с.

24. Тихомиров, Ю.В. Биомеханический контроль технической и физической подготовленности футболистов / Ю.В. Тихомиров, И.В. Акинфеев, М.А. Правдов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2011. - № 9. - С. 150-155.
25. Усманова, Е. Н. Психолого-педагогическое обеспечение спортивной подготовки футболистов 14-16 лет на основе индивидуально дифференцированного подхода [Текст] :автореф. дис. ... канд. пед. наук /Е. Н. Усманова. – Набережные Челны, 2014. – 18 с.
26. Фролов, Д.В. Футбол во внеурочное время//Физическая культура в школе. - 2009. - №5. - С.58-59.
27. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта[Текст] / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Изд. центр «Академия», 2009. –480 с.
28. Чернецов, М. М. Индивидуализация физической подготовки юных футболистов 8-12 лет с учетом соматических типов [Текст] / М. М. Чернецов, А. А. Сулимов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: детский тренер: журнал в журнале. – 2011. – № 1. – С. 34–35.
29. Черняев, А. А. Совершенствование методики технической подготовки юных футболистов на этапе начального обучения [Текст] / А. А. Черняев, Н. Х. Кудяшев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: детский тренер: журнал в журнале. – 2011. – № 3. – С. 40–42.
30. Шамонин, А.В. Повышение технической подготовки при развитии способностей к сохранению равновесия юных футболистов 7-11 лет: автореф. дис. ... канд. пед. наук. –Екатеринбург, 2010. –22 с.
31. Шутов, А.Н.Правдов Д.М., Аль Рубайне Нухад Х Аббас. Развитие координационных способностей и совершенствование техники ударов по мячу у юных футболистов на основе использования тренировочных устройств // Научный поиск. - № 2. – 2014. – С.57-60.
32. Щербак, Р.М., Золотухин А.А. Психо-функциональная подготовка футболистов на этапе углубленной специализации // Слобожанский научно-спортивный вестник. - № 5. – 2013. – С.291-295.

Приложения

Приложение А

Опрос для анализа технической подготовленности детей 10-12 лет в футболе

Уважаемые спортсмены и их родители, прошу пройти Вас опрос по теме "Проблемы координационных способностей у футболистов 10-12 лет".

Данные опроса будут использованы при написании научно-исследовательской практики.

Ваше мнение очень важно для нас!

1. Сколько вам полных лет? (вашему ребенку)

2. Сколько лет вы занимаетесь футболом?
 больше 5 лет
 3-5 года
 1-2 года
 меньше 1 года
3. Знаете ли вы что такое координация ?
 Да
 Нет
4. Знаете ли вы какие есть упражнения для развития координации ?
 Да
 Знаю, но не все
 Нет
5. Насколько вы оцениваете свои координационные способности ?
 Отлично
 Хорошо
 Плохо
6. Считаете ли вы что координационные способности самые важные в футболе?
 да
 нет
7. Насколько сложным для вас является тренировка на развитие координационных способностей
Оцените от 1 до 5, где 1 - очень легко, 5 - очень сложно

1

2

3

4

5

8. Развиваете ли вы самостоятельно свою координацию вне тренировочное время?

Да, постоянно

Нет, но хочу начать этим заниматься

Нет, мне это не интересно

9. Хотите ли вы стать профессиональным футболистом?

Да, это моя мечта

Нет, тренируюсь для себя

Приложение Б

**Анализ тренировочного занятия
Состав учебных заданий и нагрузочные параметры тренировочного занятия**

Анализ урока Состав учебных заданий и нагрузочные параметры урока по физической культуре Место проведения урока (Образовательное учреждение)

Дата и время проведения урока _____
 Ф.И.О. проводящего урок _____
 Данные о занимающихся (Класс _____ мальчиков _____ девочек _____)
 Тема урока _____
 Задачи урока _____

Используемый инвентарь _____

Ф.И.О. студента, наблюдающего урок _____
 _____ Группа _____

ПРОТОКОЛ НАБЛЮДЕНИЯ

	Состав учебных заданий (средства)	Объем (время воздействия)	Интенсивность (темп, напряженность)	Примерная интенсивность (%)
Подготовительная часть				
1				
2				
3				
Количество учебных заданий	Сумма (мин)	Средний результат интенсивности в %		
Основная часть				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				

Количество учебных заданий	Сумма (мин)	Преимущественная интенсивность		
Заключительная часть				
15				
Количество учебных заданий	Сумма (мин)			
Общее количество учебных заданий	Общая сумма (мин)	Преимущественная интенсивность		
		Общая преимущественная интенсивность		

Приложение В



Рисунок В.1 - Выполнение упражнения на координационной лестнице «Боковой шаг» .

На данной фотографии показано как футболист выполняет упражнение «боковой шаг» на координационной лестнице. Тренер слезит за правильной техникой выполнения полностью контролируя процесс. Упражнения очень хорошо развивает координационные способности. Молодые футболисты стараются выполнять правильно и тем самым развивают координацию.



Рисунок В.2 - Выполнение упражнения на координационной лестнице «Скользящие шаги».

На данной фотографии изображено выполнение упражнения «скользящие шаги» на координационной лестнице. Тренер делает правильный подсказ в выполнении упражнения. Молодые футболисты работают в хорошем темпе, также работают не только ногами, но и руками, что является правильным.

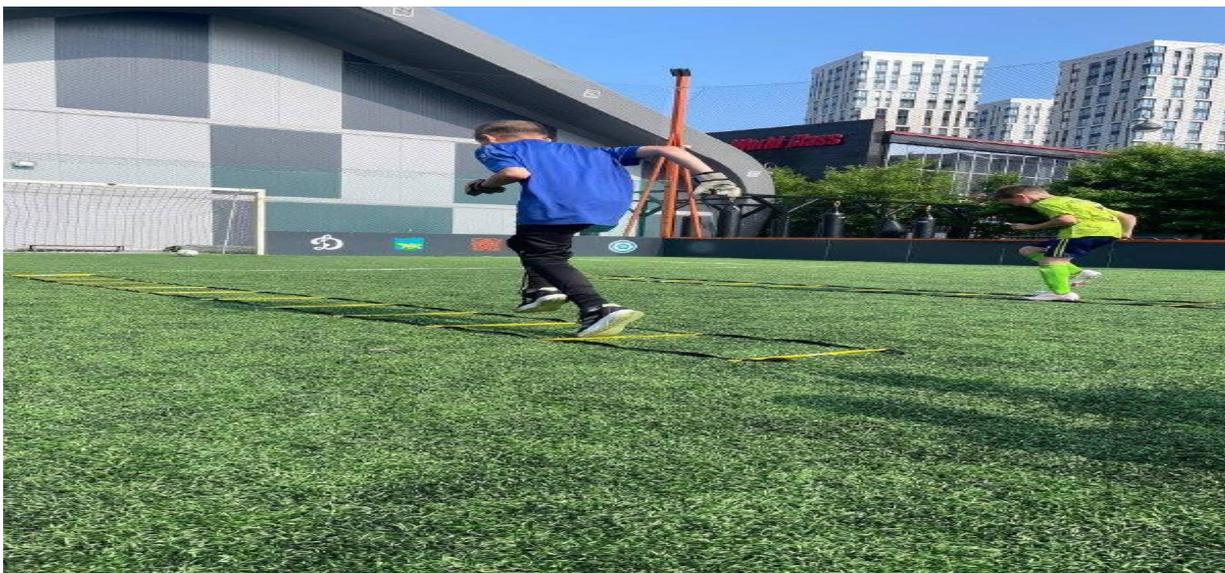


Рисунок В.3 - Выполнение упражнения на координационной лестнице «Бег с высоким подниманием колен».

На данной фотографии мы видим выполнение упражнения « бег с высоким подниманием колен», которое также как и остальные выполняется на координационной лестнице и хорошо развивает координацию. Молодые футболисты работают в полную амплитуду и стараются выполнять упражнение правильно.