

Региональная общественная организация
«Объединение отечественных тренеров по футболу»

А. А. Кузнецов

ФУТБОЛ

Настольная книга детского тренера

I этап (8-10 лет)

Организационно-методическая структура
учебно-тренировочного процесса в футбольной школе



Олимпия . Человек
Москва 2007

ББК 75.578
К 89

Под редакцией заслуженного тренера СССР В.В. Радионова

Кузнецов А.А.,
К 89 Футбол. Настольная книга детского тренера. I этап
(8—10 лет) — М.: Олимпия, Человек, 2007. — 112 с.,
ил.

ISBN 978-5-903508-02-0

ББК 75.578

ISBN 978-5-903508-02-0

© Кузнецов А.А., текст, 2007
© Издательство «Олимпия»,
оформление, 2007
© Издательство «Человек»,
издание, 2007

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	3
Введение	6
1. ОБЩИЙ РАЗДЕЛ.....	8
1.1. Отбор	11
2. I ЭТАП — «ЭТАП ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ».....	14
2.1. Оценка исходного уровня готовности.....	14
2.1.1. Тесты подготовленности.....	16
2.1.2. Ориентировочный прогноз успешности обучения	28
2.1.3. Психологические аспекты обучения.....	37
2.2. Физическая подготовка	40
2.2.1. Упражнения для ОФП	44
2.2.2. Подвижные игры.....	52
2.3. Техническая подготовка	58
2.3.1. Формирование представлений, знаний, усвоение смысла действий	58
2.3.2. Дидактические правила и принципы обучения	62
2.3.3. Основные правила проведения занятий.....	67
2.3.4. Техническая подготовка в возрастной группе 8-летнего возраста	68
2.3.5. Техническая подготовка в возрастной группе 9-летнего возраста	68
2.3.6. Техническая подготовка в возрастных группах 10-летнего возраста.....	69
2.3.7. Подготовка вратаря.....	81
2.4. Тактическая подготовка.....	87
2.4.1. Тактическая подготовка с 8 лет	87

2.4.2. Тактическая подготовка с 9 лет	87
2.4.3. Тактическая подготовка с 10-летнего возраста.	92
2.4.4. Правила соревнований для 8-летних футболистов	94
2.4.5. Правила соревнований для футболистов 9 и 10-летнего возраста.....	99
Литература	105
Об авторе.....	108