

Отчет
о выступлении на муниципальном семинаре-практикуме
на тему: «ВЛИЯНИЕ ХАРАКТЕРА ПИТАНИЯ НА ФИЗИЧЕСКУЮ
ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ»

тренер-преподаватель МКУ ДО СШ «Олимп»

по футболу

Скрицкий Александр Андреевич

Зал единоборств «Олимп»

г. Апшеронск, ул. Репина, 49Б

27.01.2026 г.

На семинаре-практикуме присутствовали: тренеры, тренеры-преподаватели, инструкторы по спорту муниципального образования Апшеронский район в количестве 18 человек.

С первых минут Александр Андреевич сумел завладеть вниманием коллег и побудить интерес к теме. Он не просто представил вопрос о влиянии характера питания на физическую подготовленность юных футболистов - он сумел грамотно замотивировать присутствующих, показать практическую значимость этой темы и настроить коллег на активную, продуктивную работу. Всё это было направлено на то, чтобы найти пути достижения максимально возможных результатов в подготовке юных спортсменов.

Цель: раскрыть взаимосвязь характера питания и уровня физической подготовленности юных футболистов, продемонстрировать её значимость для повышения спортивных результатов и наметить практические пути учёта этого фактора в тренировочном процессе.

Задачи:

1. Раскрыть научно-методическую обоснованность подхода автора к изучению взаимосвязи питания и физической подготовленности юных футболистов, проанализировать логику и структуру исследования: выделить этапы работы, оценить последовательность постановки задач и их соответствие заявленной цели (оптимизация калорийности рационов для повышения физической подготовленности).

2. Продемонстрировать практическую значимость результатов: проанализировать, насколько предложенные рекомендации по режиму и составу питания применимы в работе тренеров и родителей, а также как они могут быть интегрированы в повседневный тренировочный процесс.

3. Выявить и охарактеризовать типичные дисбалансы в питании юных футболистов и оценить убедительность аргументации о том, как эти нарушения снижают адаптационные резервы и работоспособность спортсменов и рассмотреть обоснованность индивидуальных и групповых

рекомендаций по питанию с учётом энергозатрат юных футболистов и специфики тренировочного цикла, а также оценить реалистичность их внедрения в условиях неорганизованного (домашнего) питания.

4. Сформулировать общую оценку методической ценности разработки: указать сильные стороны работы, возможные ограничения и направления дальнейшего развития темы (например, разработка типовых меню, мониторинг долгосрочных эффектов коррекции питания).

В ходе выступления тренер-преподаватель выстроил работу таким образом, что у присутствующих была возможность продемонстрировать свою осведомлённость по теме, проявить творческий подход и профессиональное мастерство, а также выразить личную заинтересованность в обсуждаемом вопросе.

Особого внимания заслуживает методика подачи материала: она отличалась наглядностью и доступностью изложения, а также предусматривала активное вовлечение аудитории - это сделало занятие не только информативным, но и интерактивным.

Атмосфера взаимодействия педагога с коллегами сложилась доброжелательной и продуктивной — она способствовала открытому обмену мнениями и комфортному восприятию материала. В ходе мастер-класса педагог грамотно организовал работу участников: структура занятия позволяла каждому присутствующему соотнести новые знания со своей практикой и наметить варианты их применения в профессиональной деятельности.

Итоги проведённой работы производят положительное впечатление: поставленные цели и задачи успешно реализованы, а результаты демонстрируют практическую ценность освоенных подходов.

Данный педагогический опыт может быть рекомендован для дальнейшего использования коллегами.

Начальник отдела по физической
культуре и спорту администрации
муниципального образования
Апшеронский район



В.М. Садчиков

Отчет
о выступлении на муниципальном семинаре-практикуме
на тему: «ОПТИМИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ БАЗОВОЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ»
тренер-преподаватель МКУ ДО СШ «Олимп»
по футболу
Скрицкий Александр Андреевич

Зал единоборств «Олимп»
г. Апшеронск, ул. Репина, 49Б

18.05.2026 г.

На семинаре-практикуме присутствовали: тренеры, тренеры-преподаватели, инструкторы по спорту муниципального образования Апшеронский район в количестве 23 человека.

С первых минут Александр Андреевич сумел завладеть вниманием коллег и побудить интерес к теме. Он не просто представил вопрос об оптимизации системы базовой технической подготовки юных футболистов - он сумел грамотно замотивировать присутствующих, показать практическую значимость этой темы и настроить коллег на активную, продуктивную работу. Всё это было направлено на то, чтобы найти пути достижения максимально возможных результатов в подготовке юных спортсменов.

Цель: Раскрыть систему подводящих упражнений для начальной технической подготовки юных футболистов, обеспечивающую формирование устойчивых двигательных моделей и развитие «чувства мяча» как основы для последующего освоения базовых технических приёмов футбола.

Задачи:

1. Раскрыть научно-методическую обоснованность подхода авторов к построению системы технической подготовки: проанализировать логику и структуру исследования, выделить его основные этапы, оценить, насколько поставленные задачи соответствуют заявленной цели - разработке и обоснованию системы подводящих упражнений для формирования устойчивых двигательных моделей и «чувства мяча» у юных футболистов.

2. Продемонстрировать практическую значимость результатов: проанализировать, насколько предложенная система подводящих упражнений применима в работе тренеров на этапе начальной подготовки, как её можно интегрировать в типовой тренировочный цикл спортивной школы, а также оценить удобство использования таблиц упражнений (Таблицы 1–5) в повседневной тренерской практике.

3. Выявить и охарактеризовать типичные трудности и ошибки в технической подготовке детей 4–6 лет, с которыми призвана справляться предложенная методика: оценить убедительность аргументации авторов о том, почему традиционные подходы оказываются недостаточно эффективными для

этого возраста, рассмотреть обоснованность выбора «методических лесенок» и упражнений на «чувство мяча» с учётом возрастных и координационных особенностей юных футболистов, а также реалистичность внедрения методики в условиях групп начальной подготовки.

4. Сформулировать общую оценку методической ценности разработки: указать сильные стороны работы (например, детализация подводящих упражнений, поэтапное выстраивание обучения), возможные ограничения (объём выборки, отсутствие данных по экспериментальной группе и др.) и направления дальнейшего развития темы (например, разработка календарно-тематического плана на сезон, создание методических рекомендаций по дозировке нагрузки для разных возрастных подгрупп, мониторинг долгосрочной динамики технической оснащённости).

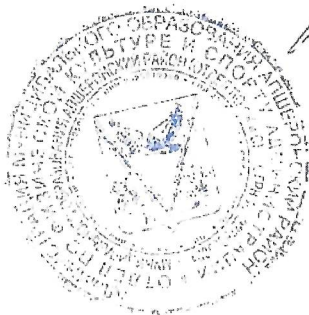
В ходе выступления тренер-преподаватель выстроил работу таким образом, что у присутствующих была возможность продемонстрировать свою осведомлённость по теме, проявить творческий подход и профессиональное мастерство, а также выразить личную заинтересованность в обсуждаемом вопросе.

Особого внимания заслуживает методика подачи материала: она отличалась наглядностью и доступностью изложения, а также предусматривала активное вовлечение аудитории - это сделало занятие не только информативным, но и интерактивным. Атмосфера взаимодействия педагога с коллегами сложилась доброжелательной и продуктивной — она способствовала открытому обмену мнениями и комфортному восприятию материала. В ходе мастер-класса педагог грамотно организовал работу участников: структура занятия позволяла каждому присутствующему соотнести новые знания со своей практикой и наметить варианты их применения в профессиональной деятельности.

Итоги проведённой работы производят положительное впечатление: поставленные цели и задачи успешно реализованы, а результаты демонстрируют практическую ценность освоенных подходов.

Данный педагогический опыт может быть рекомендован для дальнейшего использования коллегами.

Начальник отдела по физической
культуре и спорту администрации
муниципального образования
Апшеронский район



В.М. Садчиков