

Всероссийское педагогическое издание «Учительский журнал»

Лицензия на образовательную деятельность № 041875 от 29.12.2021, г. Москва
125222, Москва, а/я 8, Учительский журнал, info@teacherjournal.ru, www.teacherjournal.ru
Журнал зарегистрирован в Российской книжной палате (Национальном центре)
Международный стандартный номер сериального издания ISSN: 2782 – 4209
Авторский знак У92, УДК 371.321.1(051), ББК 74.202.701
Регистрация СМИ ЭЛ № ФС 77 - 82562 от 30.12.21

РЕЦЕНЗИЯ

На статью: Влияние характера питания на физическую подготовленность юных футболистов.
Автор: Скрицкий Александр Андреевич

Рецензируемая статья представляет собой работу, составленную в соответствии с основными требованиями федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС).

Основная идея работы - взаимосвязь между характером питания и уровнем физической подготовленности юных футболистов.

Автор статьи опирался на собственный педагогический опыт, материал соответствует требованиям к педагогическим разработкам и авторским публикациям, прошел редакционную экспертизу и проверку на плагиат.

Актуальность работы обусловлена оптимизацией питания как фактора повышения физической подготовленности юных футболистов.

Результаты исследования могут быть использованы тренерами, спортивными врачами и родителями для корректировки питания юных футболистов с учётом их энергозатрат и особенностей физического развития.

Разработанные практические рекомендации (при условии их наличия в полной версии) позволят индивидуализировать нутриционную поддержку, что повысит эффективность тренировочного процесса и снизит риск перетренированности и заболеваний.

Работа представляет собой научное исследование, выполненное на стыке спортивной педагогики, физиологии и диетологии. Автор продемонстрировал умение систематизировать литературные данные, сформулировать проблему и выстроить логику исследования.

Рассматриваемая публикация вызывает интерес своей содержательностью, системным, последовательным изложением, методической оснащённостью. Материал изложен в связанной и доступной форме. Работу отличает чёткая структурированность, последовательность, логичность изложения в соответствии с заявленной структурой, хорошее оформление.

Разработка показывает высокий уровень владения автором проблематикой избранной темы. Предложенный материал достоверен, а сделанные выводы обоснованы и полноценны. Педагог наглядно демонстрирует опыт своей работы в данном направлении, используя различные формы деятельности и разнообразные средства обучения, способные активизировать деятельность детей по данной теме.

Заключение:

Работа соответствует современным требованиям.

Может быть рекомендована к использованию в образовательном процессе.

Рецензент,
Главный редактор
Всероссийского педагогического издания
«Учительский журнал»
В. В. Кожин

24.08.2026



Регистрация в Роскомнадзоре СМИ ПИ № ФС 77 - 90055 от 15.09.2025
125222, Москва, а/я 8, (925) 664-32-11, info@pedsbornik.ru, www.pedsbornik.ru
ISSN: 3033-6309, УДК 371.321.1, ББК 74.202.4. Авт. знак П24

Рецензия
на методическую разработку

**«ВЛИЯНИЕ ХАРАКТЕРА ПИТАНИЯ НА ФИЗИЧЕСКУЮ
ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ»**

тренера-преподавателя по футболу
МКУ ДО СШ «Олимп» Апшеронского района
Скрицкого Александра Андреевича

Методический материал на тему: **«Влияние характера питания на физическую подготовленность юных футболистов»** разработан тренером-преподавателем отделения футбол МКУ ДО СШ «Олимп» Апшеронского района Скрицким Александром Андреевичем для занятий футболом, физической культурой и спортом в физкультурно-спортивных организациях и средних специальных учебных заведениях. Количество страниц – 44.

Методическая разработка посвящена актуальной проблеме взаимосвязи характера питания и физической подготовленности юных футболистов 11–12 лет. Работа выполнена в виде классического научного исследования: включает введение с чётко определёнными объектом, предметом, гипотезой, целью и задачами, три главы, выводы, практические рекомендации и список литературы из 71 источника. Тема действительно востребована в практике детско-юношеского спорта, особенно в условиях неорганизованного (домашнего) питания, которое контролируется слабее, чем питание в спортивных интернатах.

Автор чётко сформулировал объект (неорганизованное питание юных футболистов 11–12 лет), предмет, гипотезу, цель и три задачи. Логика задач соответствует логике исследования: от определения энергозатрат — к оценке соответствия рациона — к экспериментальному обоснованию рекомендаций.

Первая глава добротнo охватывает три направления: биолого-педагогические основы тренировки юных футболистов, физиолого-биохимические особенности энергообеспечения и влияние питания на адаптацию к мышечной деятельности. Автор опирается на широкий круг источников, привлекает данные о сенситивных периодах развития физических качеств, нормах нутриентной обеспеченности. Разделы логично вытекают один из другого.

Использованы четыре метода: анализ литературы, анкетно-опросный (хронометраж суточного бюджета времени с интервалом 30 минут), педагогическое тестирование (7 тестов — ОФП и СФП) и математическая

статистика (t-критерий Стьюдента). Набор тестов соответствует действующим программам ДЮСШ по футболу.

Автор не ограничился теоретическим анализом, а провёл сравнительный педагогический эксперимент с контрольной и экспериментальной группами (по 10 человек) на двух этапах годичного макроцикла — общеподготовительном и специально-подготовительном. Результаты представлены в таблицах с расчётом прироста, t-критерия и уровня достоверности.

Установлено, что калорийность рационов составила лишь 55% от энергозатрат (1701 ккал при норме ~3090 ккал), обнаружен дисбаланс в соотношении белков, жиров и углеводов (1:1,1:4,4 вместо 1:1:4,5) и сдвиг в сторону животной пищи (4,9:5,1 вместо 7:3). Это практически значимые данные.

Автор обращается к значимой с практической точки зрения теме и стремится обосновать опытным путём связь рациона и уровня физической подготовленности футболистов младшего подросткового возраста.

Методическая разработка тренера-преподавателя Скрицкого Александра Андреевича отвечает предъявленным требованиям, имеет практическую значимость и рекомендуется для использования в физкультурно-спортивных организациях.

Председатель федерации футбола
Апшеронского района
24.08.2026 г.



А.В. Печёнкин

Всероссийское педагогическое издание «Учительский журнал»

Лицензия на образовательную деятельность № 041875 от 29.12.2021, г. Москва
125222, Москва, а/я 8, Учительский журнал, info@teacherjournal.ru, www.teacherjournal.ru
Журнал зарегистрирован в Российской книжной палате (Национальном центре)
Международный стандартный номер сериального издания ISSN: 2782 – 4209
Авторский знак У92, УДК 371.321.1(051), ББК 74.202.701
Регистрация СМИ Эл № ФС 77 - 82562 от 30.12.21

РЕЦЕНЗИЯ

На статью: Оптимизация системы базовой технической подготовки юных футболистов.

Авторы: Скрицкий Александр Андреевич, Скрицкая Анастасия Михайловна

Рецензируемая статья представляет собой работу, составленную в соответствии с основными требованиями федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС).

Основная идея работы - отражение результатов эксперимента по совершенствованию системы начальной технической подготовки юных футболистов.

Авторы статьи опирались на собственный педагогический опыт, материал соответствует требованиям к педагогическим разработкам и авторским публикациям, прошел редакционную экспертизу и проверку на плагиат.

Актуальность работы заключается в том, чтобы обосновать 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.

Авторы справедливо указывают, что действующие нормативные программы ориентированы на детей 6–7 лет, тогда как минимальный возраст набора в футбольные школы в настоящее время составляет 4 года. Возникающий разрыв между требованиями программ и реальными координационными возможностями детей младшего возраста делает тему исследования не просто актуальной, а своевременной и востребованной практикой.

Статья представляет собой завершённое практико-ориентированное исследование, обладающее несомненной ценностью для тренеров-преподавателей, работающих с детьми младшего возраста в футбольных школах. Предложенная система подводящих упражнений логична, обоснована и подтверждена результатами педагогического эксперимента.

Рассматриваемая публикация вызывает интерес своей содержательностью, системным, последовательным изложением, методической оснащённостью. Материал изложен в связанной и доступной форме. Работу отличает чёткая структурированность, последовательность, логичность изложения в соответствии с заявленной структурой, хорошее оформление.

Разработка показывает высокий уровень владения автором проблематикой избранной темы. Предложенный материал достоверен, а сделанные выводы обоснованы и полноценны. Педагоги наглядно демонстрируют опыт своей работы в данном направлении, используя различные формы деятельности и разнообразные средства обучения, способные активизировать деятельность детей по данной теме.

Заключение:

Работа соответствует современным требованиям.

Может быть рекомендована к использованию в образовательном процессе.

Рецензент,
Главный редактор
Всероссийского педагогического издания
«Учительский журнал»
В. В. Кожин

12.09.2026



Рецензия
на методическую разработку

**«ОПТИМИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ БАЗОВОЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ»**

тренера-преподавателя по футболу
МКУ ДО СШ «Олимп» Апшеронского района
Скрицкого Александра Андреевича

Методический материал на тему: **«Оптимизация системы базовой технической подготовки юных футболистов»** разработан тренером-преподавателем отделения футбол МКУ ДО СШ «Олимп» Апшеронского района Скрицким Александром Андреевичем для занятий футболом, физической культурой и спортом в физкультурно-спортивных организациях и средних специальных учебных заведениях. Количество страниц – 8.

Методическая разработка посвящена актуальной проблеме совершенствования системы начальной технической подготовки юных футболистов. Работа выполнена в виде педагогического эксперимента: включает введение с определением цели и задач, описание и обоснование системы подводящих упражнений, результаты эксперимента, выводы и список литературы. Тема действительно востребована в практике детско-юношеского спорта, особенно в условиях, когда нормативные программы формально рассчитаны на детей 4-6 лет.

Автор чётко сформулировал цель — обосновать систему подводящих упражнений для начальной технической подготовки, обеспечивающую формирование устойчивых двигательных моделей и развитие «чувства мяча» как основы для последующего освоения базовых технических приёмов футбола. Логика работы соответствует логике исследования: от анализа существующих программ и выявления проблемы — к разработке системы упражнений на «чувство мяча» — к экспериментальному обоснованию их эффективности.

Теоретическая часть добротнo охватывает несколько направлений: задачи начального этапа технической подготовки, методы формирования двигательных представлений у детей младшего возраста, классификацию упражнений на «чувство мяча» (с перекатыванием мяча подошвой, с толканием, с ударами) и принципы построения «методических лесенок». Авторы опираются на работы по обучению двигательным действиям (М. М. Боген), структуре соревновательной деятельности (П. В. Анисимов), а также

на зарубежный опыт (система SenseBall бельгийских специалистов). Разделы логично вытекают один из другого.

Использованы методы: теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы, педагогический эксперимент, наблюдение и анализ соревновательной деятельности (оценка содержания и качества выполнения технико-тактических действий в матче), методы математической статистики.

Автор не ограничился теоретическим анализом, а провел сравнительный педагогический эксперимент с контрольной и экспериментальной группами (по 12 человек, команды 2020–2021 года рождения) в течение трёх месяцев. Разработанная система подводящих упражнений представлена в пяти таблицах, охватывающих обучение ведению мяча, разворотам, ударам, финтам и развитию «чувства мяча» различных частей стопы. Упражнения выстроены по принципу от простого к сложному, с поэтапным освоением двигательной структуры технических приёмов.

Установлено, что после эксперимента в контрольной группе прирост количества выполненных ТТД оказался несущественным ($p > 0,05$), тогда как прирост качества выполнения ТТД достиг статистической значимости ($p \leq 0,01$). Это практически значимые данные, свидетельствующие об эффективности предложенной методики.

Методическая разработка тренера-преподавателя Скрицкого Александра Андреевича отвечает предъявленным требованиям, имеет практическую значимость и рекомендуется для использования в физкультурно-спортивных организациях.

Председатель федерации футбола
Апшеронского района
18.05.2026 г.



А.В. Печёнкин