

Существуют четыре основных метода: индивидуальный, фронтальный, групповой, круговой. При индивидуальном методе каждый занимающийся получает свое задание и выполняет его индивидуально, но под контролем педагога. При фронтальном методе педагог дает всем занимающимся одно и то же задание, и оно выполняется сразу всеми под его руководством. При групповом методе занимающиеся подразделяются на группы, которые получают отдельные задания. Педагог работает с одной группой или поочередно переходит от одной группы к другой. Для занятия типично комплексное использование трех методов: в подготовительной и заключительной частях урока применяют фронтальный метод, в основной части занимающихся делят на группы и работают с ними индивидуально. Важен и порядок выполнения занимающимися заданий во времени: одновременно всеми, поочередно, поточно (слитно) или раздельно. Способ одновременного выполнения применяется в основном при выполнении общеразвивающих упражнений в подготовительной части урока и в основной части – при условии большого количества мячей в работе над техникой. Главная положительная сторона группового метода в том, что он позволяет учителю организовать группы и давать задания, соответствующие техническим возможностям, индивидуальным особенностям, физической подготовленности занимающихся. Для поточного метода характерно выполнение упражнений без пауз, что обеспечивает большую моторную плотность занятия. С новичками этот способ неэффективен и применяется в основном с высококвалифицированными футболистами для улучшения двигательных навыков и физических качеств, особенно выносливости. Круговой метод, или круговая тренировка, не сводится к какому-либо одному методу. Эта форма организации занятия включает в себя ряд частных методов и рассчитана главным образом на комплексное развитие физических качеств. Основу круговой тренировки составляет серийное повторение упражнений, подобранных и объединенных в единый комплекс и выполняемых в порядке последовательной смены «станций» (мест). На каждой «станции» (от 8 до 10) один вид действий повторяется установленное педагогом количество раз.