

МБОУ ДОД ДЮСШ-1



Методическая разработка  
Для групп начальной подготовки  
отделения футбол

**ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ДЕТСКОЙ ЮНОШЕСКОЙ  
СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ**

Выкочко Александра Александровича

г. Новозыбков  
2014 год.

# Разработка спортивного занятия "Меткий футболист"

- Выкочко Александр Александрович тренер-преподаватель по футболу.

---

## Цели и задачи:

1. Укрепление здоровья учащихся;
2. Вовлечение детей в систематические занятия спортом;
3. Отвлечение учащихся от негативных явлений современной жизни;
4. Выявление сильнейших участников для участия в районных соревнованиях.

## План:

1. Организационный момент.
2. Описание конкурсов:  
Распределение команд-участниц мероприятия на конкурсы.
3. Подведение итогов мероприятия.

### 1. Организационный момент.

Организатор: Выкочко Александр Александрович тренер-преподаватель ДЮСШ№1 по футболу

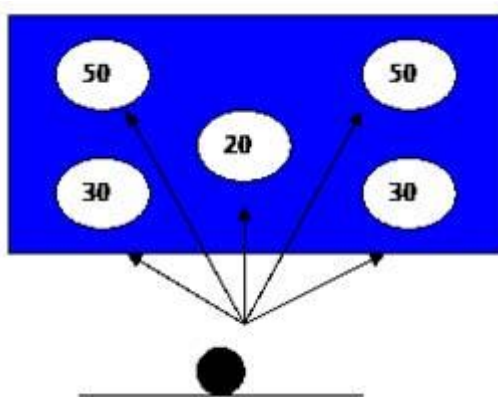
Передвижение команд от одной зоны проведения конкурса к другой осуществляется согласно составленному расписанию. Перед началом проведения мероприятия тренер-преподаватель проводит динамическую разминку с учащимися, после чего команды направляются по своим маршрутам. Команды победители награждаются ценными призами.

### 2. Описание конкурсов.

Описание конкурсов для учащихся.

«Меткий футболист»

1-й вариант



1. Ворота
2. Мяч
3. Количество очков за попадание в данную зону

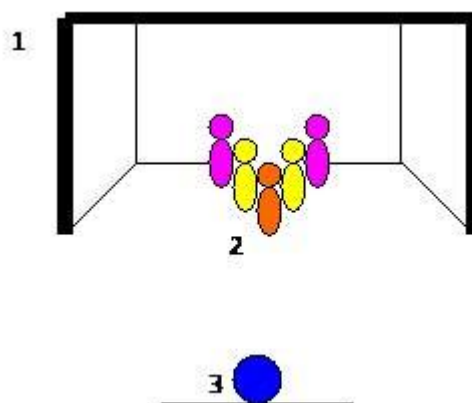
На футбольные ворота натягивается полотно с вырезами, снизу над каждым проемом ставится количество очков. Мяч устанавливается на дистанцию 5-8 метров. Побеждает команда набравшая наибольшее количество очков.

Состав команды 5 мальчиков. Каждый проводит по одному удару.

**Инвентарь:**

- ворота,
- мяч футбольный,
- полотно на ворота.

**2-й вариант**



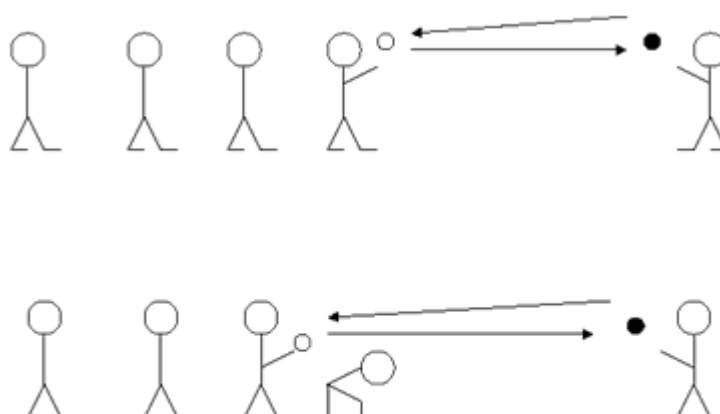
1. Ворота
2. Кегли
3. Мяч

В воротах устанавливаются кегли. С завязанными глазами отойти от мяча на 10 м, потом разбежаться и попробовать ударить по нему и поразить как можно больше кеглей. Побеждает команда набравшая наибольшее количество очков.

**Инвентарь:**

- ворота,
- мяч футбольный,
- повязка на глаза,
- кегли.

**«Передал - садись!»**



Игроки делятся на несколько команд, по 4 человека в каждой и строятся за общей линией старта в колонну по одному. Впереди каждой колонны лицом к ней на расстоянии 2-3 м становятся капитаны. Капитаны получают по футбольному мячу. По сигналу каждый капитан передает мяч первому игроку своей колонны. Поймав мяч, этот игрок возвращает его капитану и приседает. Капитан бросает мяч второму, затем третьему и последующим игрокам. Каждый из них, вернув

мяч капитану, приседает. Получив мяч от последнего игрока своей колонны, капитан поднимает его вверх, а все игроки его команды встают. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

**Инвентарь:**

- мяч,
- конусы.

**«Прыгунки»**

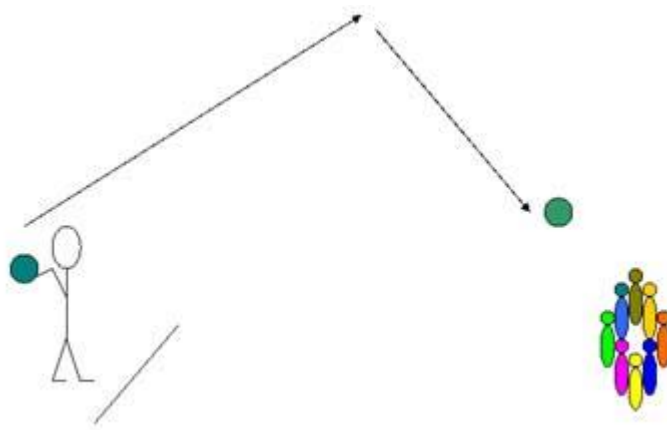
Дети делятся на две команды и строятся в колонны один за другим. По сигналу ведущего участники каждой команды исполняют прыжок, отталкиваясь двумя ногами с места. Первый прыгает, второй встает на то место, до которого допрыгнул первый, и прыгает дальше. Когда все игроки прыгнут, ведущий измеряет всю длину прыжков команды. Выигрывает та команда, которая прыгнула дальше.

**Инвентарь:**

- рулетка.

**«Попадание мячом в цель, навесом»**

На расстоянии 6-8 м. устанавливается кегли. Каждый участник команды получает право на один бросок, он должен навесным броском постараться сбить пирамиду из кегль. После каждого броска мяч возвращается команде. Если пирамида сбита, ее устанавливают на прежнее место. Побеждает команда, у которой больше точных попаданий.



**Инвентарь:**

- кегли,
- мяч,
- конусы.

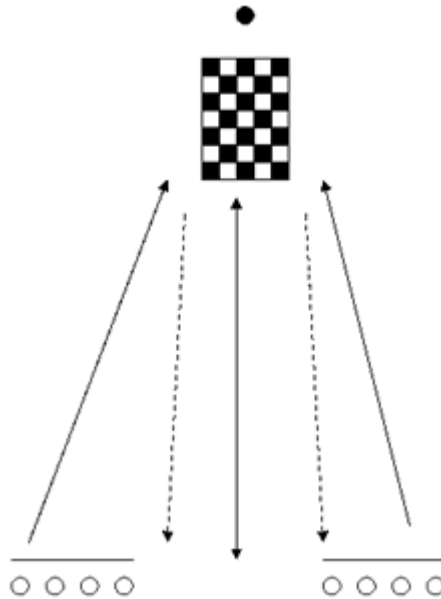
**«Бег с препятствиями»**

Каждый участник команды добегают до назначенной линии и берет карточку на которой нарисован вид упражнений (скакалки 10 прыжков, отжимания 15 раз, приседания, чеканка на теннисной ракетке 20 раз, прыжки на месте и т.д.) после выполнения бежит к своей команде и передает эстафету следующему участнику. Команда которая быстрее выполнит задания побеждает.

**Инвентарь:**

- обручи;
- мячи (теннисные, футбольные, волейбольные, теннисные ракетки, скакалки, набивные мячи).

### «Бешеные шашки».



Две команды, 1-й игрок бежит до шахматной доски и делает только один ход шашкой, и бежит к своей команде, передавая эстафету следующему игроку. Следующий игрок проделывает тоже, что и первый. Игра ведется до победы как в игре в шашки. Если какая-то команда отстает в беге, то у игрока другой команды есть больше времени подумать над ходом.

1. Черный круг (судья). Следит за правилами игры в шашки
2. Шахматная доска с фишками
3. Каждый имеет право на один ход у доски

### «Мяч в корзину»

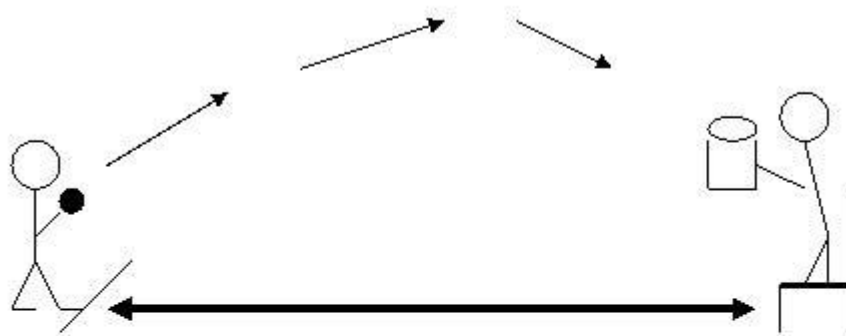
#### 1-й вариант

Участники добегают до линии с мячом в руках и делают по одному броску в корзину (которую держит капитан команды). Побеждает команда, которая быстрее и больше забросит мячей.

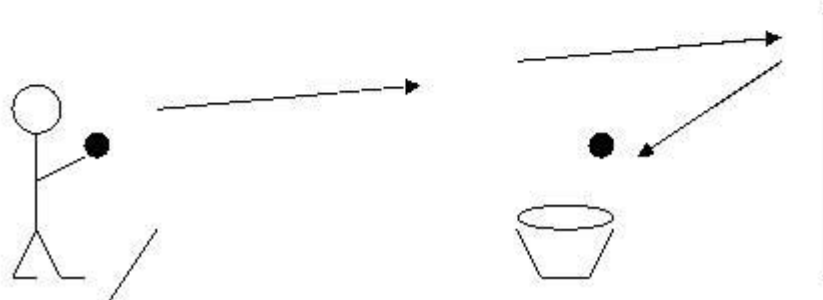
#### Инвентарь:

- мячи теннисные (*волейбольные, гандбольные*),
- корзины,
- конусы.

### 1 вариант



### 2 вариант



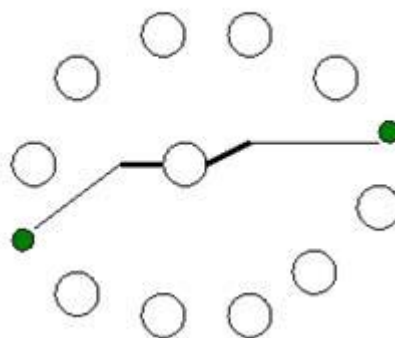
### 2-й вариант

Участники добегают до линии с мячом в руках и делают по одному броску в стену, при отскоке мяч должен попасть в корзину( обруч и т.д.). Побеждает команда забросившая больше всего мячей.

#### Инвентарь:

- мячи теннисные( волейбольные, гандбольные),
- корзины,
- конусы.

### Вращение происходит двумя веревками



### «Кто сильнее?»

Играют три человека. Детям одевают ремни которым привязывают веревки на равном расстоянии друг от друга, образуя р треугольник или квадрат (играют 4 человека). В 1,5–2 м от каждого ребенка ставится флажок или кубик (любой яркий предмет). По сигналу ведущего соревнующиеся стремятся, овладеть своим флажком (предметом), увлекая за собой соперников. Кому это удастся, тот победитель.

#### Инвентарь:

- ремни,
- канаты,
- конусы,
- флажки.

