**Занятие «Тренировка начинающих футболистов»**

**Цель :**

Дать детям представление о собственном теле, учить снимать мышечное напряжение по средствам обогащения двигательного опыта. Расширить представления детей о спортивной игре футбол, прививая положительное отношение к спортсменам - футболистам. Воспитывать интерес к занятиям футболом.

**Задачи:**

**Оздоровительные -** Обогащая двигательный опыт, снимать мышечное напряжение, развивать восприятие собственного тела.

**Образовательные -** Расширять кругозор и словарный запас. . Познакомить детей с основными правилами в футболе. Познакомить детей с качествами характера, необходимыми спортсменам футболистам.

**Воспитательные** - развивать любознательность, мышление, внимание, память, воображение, быстроту реакции, умение соблюдать правила. Прививать интерес и желание заниматься футболом. Формировать командный дух, сплочённость в группе, воспитывать патриотизм.

**Ход занятия**.

**Приветствие**

Дети заходят в зал, здороваются с гостями.

**Беседа и показ слайдов(10-15мин)**

Ребята, сегодня у нас необычное занятие. Посмотрите на слайд и скажите ,как называется эта спортивная игра? Мы представим себя начинающими футболистами и отправимся с вами на тренировку! Но в начале давайте узнаем немного о футболе – что же это за спортивная игра? Скажите, какая страна считается Родиной футбола?

Родиной футбола считается Англия. Именно там больше всего любили играть в эту игру. И слово футбол тоже из английского языка - означает фут-нога и бол-мяч. В Англии эта игра стала такой популярной, что в неё играли все и везде. Взрослые и дети. Прямо на улице в городах, жители гоняли мяч. А в начале футбол даже пытались запретить, так как, играющие, мешали движению транспорта и пешеходов. Да и похожа она была на драку , потому что не было правил! Каждый пытался просто захватить мяч у соперника и внести его в свои ворота – заранее обговоренное место.

У современной спортивной игры в футбол есть **правила** и все понимают, что эти правила необходимы для безопасности всех игроков. Поэтому эти правила все соблюдают. А какое главное правило при игре в футбол? (мяч нельзя брать руками и даже касаться , только при подаче с угла поля и то несколько секунд!)

За исполнением правил смотрят **судьи**. Жёлтая карточка или «горчичник» показывается игроку за нарушение правил игры. За два нарушения, две жёлтые карточки, игрок получает красную карточку и удаляется с поля до конца игры.

Как вы думаете, ребята, хотят ли футболисты уходить с поля во время игры? Конечно, никто не хочет, а почему?( Ты подводишь всю команду, ведь тогда его команда лишается игрока и сопернику легче выиграть!!!)

**Если кто-то нарушает правила, то уважительно относится к сопернику! Извиняется и помогает.**

Скажите какой предмет необходимо командам для того чтобы играть футбол…(**Показ слайда )** Здесь много мячей, но нам надо отыскать именно футбольный! Найди и покажи футбольный мяч. Один из детей показывает указкой.

А интересно, знаете ли вы для каких видов спорта предназначены другие мячи, изображённые здесь? ( мяч для тенниса большого и настольного, для волейбола , баскетбола, рекби )

Современная игра в футбол проходит на стадионе. (показ слайда) **Стадион** - а что это такое? Это огромное поле, разделённое на зоны. Играют 2 команды в каждой по 11 человек. Задача общая командная - забить гол противнику. У каждой команды своя половина поля и свои ворота.

А в чём задача **вратаря,** что стоит в воротах? (не пропустить мяч в ворота) Тренировки тоже проходят на стадионе.

Сейчас мы с вами представим, что мы футбольная команда. Настоящие футболисты на тренировке. Слайд с футболистом. Мы одеты в футболку, трусы, буцы .

Наша тренировка тоже начнётся с приветствия. Но здороваться мы будем не просто так, а будем тренировать качества футболиста. Настоящему футболисту нужна **внимательность (демонстрация пиктограммы),** поэтому здороваться мы будем по разному.

**1.Игра «Приветствие» (внимательность) (1 минута)**

Цель: Дать возможность детям почувствовать своё тело, снять мышечное напряжение.

Ход игры: Дети хаотично двигаются по комнате и здороваются по хлопку ведущего определённым образом. Один хлопок – за руку, 2 хлопка - плечиками, 3хлопка – спинками.

Молодцы. У вас хорошо получалось, особенно у тех , кто не очень торопился, а был внимательным !

Всякая тренировка включает в себя обязательно разминку игроков. Разминка тоже буде не простая - здесь мы будем тренировать важное качество , нужное для того, чтобы быстро реагировать в ходе игры, это важно чтобы команда выиграла! Итак,  **быстрота реакции** **(демонстрация пиктограммы)**- вот качество футболистов.

**2.Игра-разогрев «Весёлые движения» под музыку. (быстрота реакции**) **(1 минута)**

Цель: Развитие внимания, быстроты реакции, двигательного опыта, закрепление движений, связанных с различными видами спорта с мячом.

Ход игры

Бег с тремя хлопками по окончании каждой строчки , имитация удара ногой по мячу, броска по баскетбольному кольцу, волейбольного паса.

Отлично, мы немного размялись и быстро реагировали на конец музыкальной фразы, а теперь скажите, что нужно ещё тренировать футболисту, чтобы стать хорошим игроком? Чтобы стать спортсменом?

На каждой тренировке спортсмены отрабатывают технику футбольных движений. Сейчас мы с вами будем это качество тренировать. Итак, мы на футбольном поле, уже поздоровались, немного размялись и теперь делимся на две команды, чтобы отработать технику работы с мячом или техничность.

**3.«Футбольный пас»(1мин) (техничность )**

А сейчас на поле команда делится пополам. Дети делятся на две команды по меткам на футболках - зелёные и синие. Отрабатываем пас. Здесь важна **техничность ! (демонстрация пиктограммы)** Сначала найдем глазами партнёра. Протяните руку своему партнёру. Вот ему вы и будете посылать воображаемый мяч.

**Мяч снизу** Две команды – по парам**.**.Передаём воображаемый мяч друг другу. Сначала внешней стороной ступни, затем внутренней, подъёмом. Ведущий вместе с детьми выполняет движения.

**Мяч сверху.** Сначала найдем глазами партнёра. Протяните руку своему партнёру. Вот ему вы и будете посылать воображаемый мяч.Как мы будем отбивать какой частью тела? (головой, грудью, животом)

Молодцы! Технику удара по мячу, ведение мяча футболисты обязательно тренируют.

А теперь посмотрим как у нас получается быть собранными, то есть что это значит? Сосредоточенными на результате. Итак, чтобы забить гол в ворота противника, надо собрать все свои навыки и способности, сосредоточиться на результате и…

**5**. **Этюд «Пенальти» (1мин) (собранность)**

Цель: войти в роль футболиста, почувствовать азарт игры, тренировать собранность, сосредоточенность. Прививать интерес к игре в футбол.

Дети становятся воротами .Два участника с краю – вратарь и нападающий. Один изображает вратаря - поза движения, другой нападающего. Ведущий обращает внимание на позу, спрашивает забили ли гол у ворот.

Ещё одно важное качество - это **умение ориентироваться . (демонстрация пиктограммы)**

**4.** **Игра «Дотронься до…» (1 мин) (умение ориентироваться)**

Цель игры :развитие внимания, тренировка ориентировки в пространстве.

Дети двигаются по залу и по команде ведущего дотрагиваются до частей собственного тела и пространства зала.

У вас хорошо получается ориентироваться в зале и выполнять команды.

Хорошо, мы уже во многом потренировались А сейчас посмотрим, как вы умеете соблюдать правила.

**6.Игра «Мячи »(2 мин) (умение соблюдать правила)**

Цель : развитие слухового восприятия, тренировка внимания, умения соблюдать правила. (демонстрация пиктограмм)

Ход игры: Дети сцепив руки в локтях, встав спинами друг к другу в парах движутся боком, пока звучит музыка. Останавливаются, если музыки нет. В конце по хлопку образуют общий круг, положив друг другу на плечи руки. Это большой футбольный мяч.

**Завершение. Прощание. (1 мин)**

А сейчас мы вновь возвращаемся в детский сад и мы с вами вновь просто ребята, а не спортсмены – футболисты.

Итак, ребята, скажите, вам понравилось быть футболистами сегодня? Сегодня мы узнали много нового о футболе. Побывали на тренировке. Ведущий задаёт вопросы:

-Назовите Родину футбола.

-Как называется место, где играют в футбол?

-Какая главная задача команды в игре в футбол?

-Главное правило, которое нельзя нарушать? Кто следит во время игры за выполнением правил?

-Какие качества футболиста вы помните? Что необходимо тренировать?

**7. Игра с пиктограммами. (2мин)**

Цель : развитие памяти, внимания, формирование адекватной самооценки.

Давайте вспомним те качества, которые необходимы футболистам. Итак, первое встаньте у…дети встают у той пиктограммы, которую называет ведущий. Вспоминают название и присваивают себе это качество. Затем по желанию встают у того качества, которого им не хватает по их мнению. А теперь соберите и принесите мне все картинки.

Молодцы, а теперь я скажу какое качество ещё необходимо, для того чтобы всё сохранить в себе - командный дух, чтобы мы помогали друг другу и поддерживали, были одной командой. И тогда мы сохраним в себе все качества, о которых мы сейчас узнали. Ведущий кладёт в середину все пиктограммы. Командный дух помогают поддерживать на стадионе болельщики. Какую песню они поют своей любимой команде ? Дети вместе с ведущим исполняют: « оле, оле, оле - Россия вперёд.!» На этом наше занятие закончено – до свидания.

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ВОСТОЧНОЕ ОКРУЖНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

Интегрированное занятие в подготовительной к школе группе

«Тренировка начинающих футболистов»

Подготовила и провела педагог-психолог Поломодова Г.Е.

ГБОУ детский сад №1559.

Москва 2012 год