Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Детско-юношеская спортивная школа»

**Тема доклада**

«Обучение начинающего футболиста»

Автор: тренер-преподаватель по футболу

Пыкин Владимир Николаевич

Тарбагатай

2020г.

**Тема моего доклада: «**Обучение начинающего футболиста»

Футбол - одна из самых популярных командных игр в мире, где за малое количество очков нужно стремительно бороться. Футбол – это спортивная командная игра, в которой спортсмены, используя индивидуальное ведение и передачи мяча партнёрам ногами или любой другой частью тела, кроме рук, стараются забить его в ворота соперника наибольшее количество раз в установленное время. В команде 11 человек, в том числе вратарь. Игровая, специально размеченная прямоугольная площадка - поле (110-100м; 75-69м - для официальных матчей) имеет обычно травяной покров. Время игры 90 мин (2 периода-тайма по 45 мин с 10-15 минутным перерывом).

Если говорить в общем, то футбол это страстное противоборство двух команд, в котором проявляются скорость, сила, ловкость, быстрота реакции. Как заметил лучший футболист современности бразилец Пеле, «футбол - это трудная игра, ведь в нее играют ногами, а думать надо головой».

Эта тема актуальна потому что, в современной жизни все больше использование занятий физическими упражнениями направлено не на достижение высоких результатов, а на повышение их оздоровительного влияния на широкие массы населения. Для решения такой глобальной проблемы наиболее эффективными средствами являются,  прежде всего,  спортивные игры, а в современном мире все более популярным является футбол.

Слайд №1

Дорогие друзья, сегодня мы ознакомимся с правилами для начинающего футболиста и будем пробовать проходить тесты. Удачи!

Слайд №2

Цель и задачи:

Цель:

узнать новое о футболе

Задачи:

рассказать правила футбола;

приобретение теоретических знаний.

Слайд №3

Обучение начинающего футболиста

Здесь расскажем более подробно о занятиях с детьми, которые только начинают знакомиться с футболом.

Слайд №4

Основными занятиями в этом возрасте являются координационные, гимнастические и различные игровые упражнения, развивающие общее физическое состояние ребенка. Обучение специфическим футбольным элементам занимает незначительную часть времени и носит ознакомительный характер.

Тренировочный процесс ярок и разнообразен, но у каждого этапа есть свои приоритеты. В процессе обучения, с ростом навыков, меняется и сложность предлагаемых упражнений. Результат проделанной работы оценивается с помощью тестирования, завершающего каждый этап обучения. В случае если, ребенок опережает программу и с легкостью выполняет предложенные задания, для него проводится внеочередное тестирование, по результатам которого, ставится вопрос о его переводе в более сильную группу.

Слайд №5

Техника удара по мячу ногой

Обучение технике футбола лучше всего начинать с показа удара внутренней частью подъема по неподвижному мячу с разбега под углом к направлению удара. Обучающийся не будет при этом ударе бояться задеть носком землю, что очень важно для начинающих.

Слайд №6

Во время занятий нужно приступать к изучению удара сразу в полном его виде. Удары наносят не сильно. В первую очередь занимающиеся должны стремиться правильно выполнять технику удара.

Слайд №7

Остановка мяча

Остановку мяча надо изучать одновременно и для правой и для левой ноги. Если окажется, что игрок владеет, например левой ногой хуже, чем правой, то ему следует проделывать больше упражнений левой ногой.

Слайд №8

Для начинающих футболистов весьма полезны игровые упражнения, постепенно подводящие к настоящей игре. Таковы игры «мяч в кругу», «борьба за мяч» и т. п. Они воспитывают умения владеть мячом в сложных, меняющихся условиях.

Слайд №9

Вбрасывание мяча из-за боковой линии

Игрок становится в положение небольшого шага и отклоняется назад. Вес тела сосредоточен

на сзади стоящей ноге, согнутой в колене. Руки, согнутые в локтях, держат мяч за головой. Энергичным разгибанием ноги, сзади стоящей, выносим корпус вперёд и бросаем мяч своему игроку.

Слайд №10

Обучение ударом головой по мячу

Игрок ставит ноги в положение небольшого шага. Ноги согнуты в коленях. Тяжесть тела перенесена на сзади стоящую ногу. Корпус отклонен назад и немного повернут в сторону этой ноги. Голова откинута назад, но лишь настолько, чтобы не потерять из виду мяч. Руки держатся свободно.

Слайд №11

Чтобы закрепить знания, нам нужно ответить на несколько вопросов

1. С чего лучше всего начинать обучение техники удара по мячу в футболе?

* внешней части подъема
* с носка
* внутренней частью подъема

Слайд №12

2. Какой частью подъема выполняется удар ногой по мячу?

* внешней
* внутренней
* передней

Слайд №13

3. С какой ноги нужно начинать изучать остановку мяча?

* с двух
* с правой
* с левой

Слайд №14

4. Что воспитывают игровые упражнения у игроков в сложных ситуациях?

* удар по мячу
* владение мяча
* остановка мяча

Слайд №15

5. Как должны находиться руки, при ударе головой?

* сверху
* в стороны
* свободны

В заключении:

* Подытоживая, хочется отметить, что футбол, как и любой другой вид спорта, несет в себе преобладающее число положительных моментов, влияющих на здоровье человека. Но, при этом, необходимо правильно проводить тренировки, дабы не наступил ранний износ организма. Скажите, разве этого мало, чтобы уже завтра пойти на ближайший стадион и погонять мяч на траве? Футбол – особая спортивная игра. В ходе выполнения данной работы, поставленная цель достигнута, задачи успешно решены. Мое предположение о том что футбол интересен как взрослым так и детям, несет в себе много полезного.
* Спорт – это залог здорового образа жизни.

Верно!

Вы прошли весь тест правильно, вы молодцы!

Удачи в спорте.