

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеский «Центр «Надежда»

*Конспект занятия*

**Тема: «Обучение ведению, обводке, финтам «ложный замах» и «ложная  
остановка» с последующим ударом по катящемуся мячу»**

*для ГПП 3-го года обучения*

*возраст обучающихся 12-14 лет*

*Конспект составил:*

*Шумилов Виталий Валентинович,  
педагог дополнительного образования*

*Рязань 2018 год*

**Место проведения занятия:** открытая футбольная площадка.

Количество занимающихся: 20 человек.

Продолжительность занятия: 90 мин.

### Задачи

1. Воспитание общей ловкости.
2. Обучение ведению, обводке, финтам «ложный замах» и «ложная остановка» с последующим ударом по катящемуся мячу.
3. Формирование индивидуальной технико-тактической подготовки.

Части УТЗ	Используемые тренировочные средства с кратким описанием и схемой выполнения	Время (мин)	Методические указания, используемый инвентарь
<p>П.Ч.</p> <p>1.</p>	<p>ОЗЗ.</p>	<p>35 7</p>	<p>Теоретические сведения об общих принципах выполнения финтов и обводки (быстрый перенос центра тяжести; истинное и ложное движение).                      Специфика удара по катящемуся мячу (постановка опорной ноги с «упреждением»).                      Отбор – понятие об одноопорном и двуопорном положении.                      Группа делится на 2 команды.</p>
<p>2.</p>	<p>Подвижная игра «Борьба за мячи».</p> 	<p>20</p>	<p>В игре используются 10 мячей (по 5 в каждом городе).                      Время – 2 тайма по 7–8 мин.                      1-й тайм – задача: перенести мячи соперника в свой город любым способом, при этом не быть осаленным.                      Соперника можно осалить только в «своих» зонах.                      Осаленный игрок, останавливается и ждет, когда его выручит товарищ по команде. Если осаленный был с мячом, мяч возвращается в город соперника.                      2-й тайм – перевод мяча в свой город за счет ведения и обводки, остальные условия те же. Когда соперник завладел мячом, вместо осаливания – отбор.                      Побеждает команда, завладевшая всеми мячами.</p>
<p>3.</p>	<p>ОРУ.</p>	<p>8</p>	<p>ОРУ выполнять относительно туловища сверху вниз;                      3–4 мин до подвижной игры (верхняя часть), 3–4 мин в середине игры (нижняя часть).</p>

Части УТЗ	Используемые тренировочные средства с кратким описанием и схемой выполнения	Время (мин)	Методические указания, используемый инвентарь
<p>О.Ч. 1.</p>	<p>Упражнение по обучению техническим приемам.</p> <p>А. Обыграть соперника и забросить мяч в ворота руками.</p>  <p>Б. Обыграть защитников и забить мяч в ворота по футбольным правилам.</p>  <p>Ворота 3×2 м (гандбольные)</p> <p>Малые ворота 1,5×0,7 м</p>	<p>45</p> <p>25</p>	<p>Проводится в форме соревнования.</p> <p>А. <i>Задача:</i> забросить мяч в ворота после обводки. <i>Выполнение.</i> Упражнение для атакующего и двух пар обороняющихся начинается одновременно по свистку. Игрок атаки должен выполнить финт «ложная остановка» («ложный замах»), взять мяч в руки и, убежав от соперников, забросить его в ворота. Если произошло осаливание, то взятие ворот не осуществляется. Можно использовать усложненный вариант для обороняющихся: за штрафной – осаливание, в штрафной – поймать атакующего с захватом двумя руками за туловище или ноги. После того, как атакующие игроки сделали по пять попыток, команды меняются местами.</p> <p>Б. <i>Задача:</i> забить мяч после обводки. <i>Выполнение.</i> Атакующий – ведение, финт «ложная остановка» («ложный замах»), обыграть пару защитников, преимущественно используя те же финты, и забить мяч в ворота. Защитники выполняют отбор мяча и забивают в малые ворота. Расцепляться не разрешается.</p>

Части УТЗ	Используемые тренировочные средства с кратким описанием и схемой выполнения	Время (мин)	Методические указания, используемый инвентарь
2.	<p>Упражнение по закреплению полученных навыков и формированию индивидуальной ТТП.</p> 	20	<p>Если это правило нарушено в ходе отбора – назначается пенальти, а при забивании в малые ворота гол не засчитывается.</p> <p><b>Задача:</b> забить гол в ворота 5×2 м (3×2 м) после ведения, обводки, отбора.</p> <p><b>Выполнение.</b> Игра проводится 3–4 мячами. В своей зоне – произвольно, в средней зоне – 3 касания, при перехвате и отборе – 4, в зоне соперника нельзя играть в пас.</p> <p>При нарушении правил – пенальти и все мячи передаются пострадавшей команде.</p> <p>Игроки поочередно участвуют в атаке и обороне (внимательно следит тренер). Выигрывает команда, забившая больше мячей, с учетом результата предыдущих упражнений.</p>
3.4.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Удары по воротам после финтов.</li> <li>2. Подведение итогов занятия.</li> </ol>	10 7 3	<p>Проигравшая команда помогает тренеру в уборке инвентаря.</p>

Рекомендуемые сочетания:

Воспитание быстроты – обучение ударным действиям.

Воспитание скоростно-силовых качеств – обучение ударным действиям ногами или головой.

Воспитание общей ловкости (подвижные игры типа «Салочки», «Борьба за мячи», «Невод», «Регби») – обучение ведению, финтам, дриблингу.

Воспитание общей и специальной ловкости – обучение приему мяча, обучение сложнокоординационным ударам.

Комплексное воспитание двигательных качеств или воспитание общей выносливости – обучение групповым взаимодействиям и передачам мяча.

Воспитание скоростной выносливости – обучение групповым взаимодействиям.

Обучение передач мяча – обучение групповым взаимодействиям.

Воспитание общей ловкости (подвижные игры типа «Борьба за мяч», «Мяч – капитану») – обучение групповым взаимодействиям или формирование индивидуальной ГТП с преимущественным использованием упражнений по обучению передач мяча.