



Консультация для родителей

Какой мальчишка не любит играть в футбол?

В детских садах, как известно, этот вид спорта не очень-то популярен. Возможно, потому, что среди воспитателей ДООУ так редко встречаются мужчины. Мы приветствуем тех пап, которые находят время научить своих сыновей игре в футбол. Основными приемами, используемыми в футболе, являются перемещения, удары по мячу, ведение, отбор, вбрасывание мяча, защита ворот. Знакомство с игрой необходимо начинать с техники передвижения, которая включает в себя бег, прыжки, остановки, повороты.

Детям предлагаются следующие игровые упражнения:

«Прямо змейкой» (бег по прямой, бег зигзагом по сигналу),

«Набери скорость» (бег с ускорением),

«Крестики» (бег скрестным шагом),

«Слушай сигнал» (бег с быстрой остановкой и поворотом).

Все виды перемещений могут применяться в подвижных играх типа

«Перебежки», «Бег на перегонки».

Большое внимание уделяется действиям с мячом:

«Прокати мяч» - подпрыгивая на одной ноге, нужно стороной стопы прокатить мяч вперед, назад, в сторону, кругом.

«Жонглер» - подбивание мяча подъемом ноги, бедром (мяч находится в сетке, которую ребенок держит перед собой), пяткой (рука с мячом отведены назад).

«Перебрось через планку»- мяч лежит на земле, ребенок подцепляет его подъемом ноги и перебрасывает через лежащую впереди планку.

Основу техники игры в футбол составляют удары по мячу. Они выполняются серединой, внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы, носком ноги. Дети любят такие игровые упражнения, как:

«Сильные ноги» - удары ногой по подвешенному мячу правой и левой ногой с 1-3 шагов (подъемом ноги внутренней и внешней стороны стопы).

«Прокати мяч в ворота» - прокатывание мяча друг другу по прямой между двумя стоками с расстояния 3-5 метров.

Очень важно научить ребенка гасить скорость катящегося мяча, то есть помочь ему освоить способы остановки мяча. Вот несколько незатейливых игровых заданий :

«Почекань мяч о стенку» - бросок мяча в стенку и прием отскочившего мяча под подошву.

«Футбол вдвоем» - передача мяча ногой друг другу, прием подошвой или внутренней стороной стопы. Расстояние между детьми составляет 4-5 метров.

До того как будут отработаны приемы мяча, можно приступать к обучению ведению мяча. Для этого используются следующие упражнения:

«Проведи мяч по узкому коридору»- ведение мяча по прямой последовательными толчками внешней стороной стопы одной ноги.

«Нарисуй змейку»- ведение мяча вокруг стоек.

«Ведение мяча парами»- один ребенок ведет мяч ногой по прямой, другой бежит рядом и через несколько секунд они меняются ролями.