

Главная → Физическая культура → 1 класс → Памятка для родителей



<https://edupres.ru/prezentatsii-po-fizkulture/1-klass/file/20663-pamyatka-dlya-roditelej>

презентация

Памятка для родителей

О воспитании детей в группах начальной подготовки по футболу

Распродажа в АлиЭкспресс МОЛЛ - Скидки до 50%

24-26 апреля. Новинка! Мировые бренды с доставкой от 2 дней в АлиЭкспресс. Перейти в safe.aliexpress.com/АлиЭкспресс/Каталог



Раздел: [Презентации по физкультуре для 1 класса](#)

Скачивая материал, я соглашаюсь с [условиями публичной оферты](#).

Скачать презентацию → [оставьте комментарий после скачивания](#)

© При использовании материала ссылки на автора и сайт обязательны!
[Получить выходные данные](#)

Автор: Ганиев Руслан Николаевич
тренер-преподаватель по футболу [Муниципального бюджетного учреждения Детско-юношеская спортивная школа г. Охи](#)

Размер файлов: 61.30 kB
Дата публикации: 25.04.2017
[Внести правки в свой материал](#)

[Скачать сертификат о публикации](#) — [как получить такой сертификат](#)

Другие презентации из этой категории

- [Интеграция образовательных областей «Здоровье» и «Физическая культура» в условиях реализации ФГОС дошкольного образования](#) (1 класс, Вахрушева Юлия Алексеевна)
- [Твоё здоровье - в твоих руках](#) (1 класс, Одиноква Яна Эдуардовна)

Новые презентации

10458 на сайте презентаций

Сертификат о публикации



СРАЗУ

Фоны и картинки для презентаций



- Информатика
- Математика
- Химия
- Физика
- Русский язык
- Английский язык
- История
- Обществознание
- Литература
- Музыка
- Технология (мальчики)
- Технология (девочки)
- Физкультура**
- ИЗО
- МХК
- ОБЖ
- Внеурочная работа
- Немецкий язык
- ОРК
- Директору
- Заявчу

ШКОЛЬНОЕ МНОГОБОРЬЕ И ВИКТОРИНА К 9 МАЯ
БЕСПЛАТНО!

- 300 купонов на вебинары
- Печатные наградные
- Благодарность на имя УО
- Компенсация расходов до 40%

ХОЧУ УЧАСТВОВАТЬ

Специальные упражнения для обучения футболистов в ГНП

Просмотр содержимого документа Обучение техническим приемам ведения мяча

Вот примеры таких упражнений:

1. Тренировка силы и точности удара.
 На стенке на высоте примерно 1,5 м рисуется квадрат 1х1м. Задание: попасть в него летящим (а не катящимся) мячом с расстояния 10м как можно большее число раз из 10 ударов. Основа удара с 10 м, надо отойти ещё на 2-3 м назад. Если же, наоборот, попаданий мало – подойти к стене на 2-3 м. Совершенствуя точность удара, размер мишени можно уменьшить.

2. Тренировка навесного удара (его хорошо применять, когда обороняющиеся ставят «стенку» и мяч нужно направить через нее). На земле рисуется круг диаметром 2 м. Задание: попасть в него мячом с расстояния 10-15 м как можно большее число раз из 10 ударов. Для этого нужно подрезать мяч снизу, чтобы он, описав кривую, падал в круг сверху. В упражнении также можно увеличивать или уменьшать расстояние до круга или величину круга.

Упражнения для укрепления мышц стопы:

1. Ноги врозь, ступни параллельно, руки положите на пояс. Своди колени, ставьте ступни на внутренний край. Разводи колени, ставьте ступни на наружный край. Повторите такие движения 6-32 раза.

2. Ноги врозь, руки на пояс. Поднимитесь на носки, а затем "перевалитесь" на пятки, поднимая носки вверх.

3. Встаньте прямо. Правую ногу поставьте на носок и слегка согните в колене. Выполняйте круговые движения правой ногой, затем ноги поменяйте и то же проделайте левой ногой.

4. Сядьте на пол, ноги выпрямите. Оборотитесь руками сзади о пол. Приподнимите ноги над полом и выполните круговые движения ступнями. Сделайте 17-20 кругов в каждую сторону.

5. Сидя, сведите и разведите пальцы ног. Упражнение можно усложнить: пальцами ног захватывайте мелкие предметы с пола и переносите их на другое место.

6. Встаньте прямо. Согните и разогните ступню, расслабьтесь. Повторите 18-20 раз каждой ногой.

7. Встаньте прямо, правую ногу отведите назад на носок. Подтягивайте правую ногу к левой, напрягая мышцы бедра и поясницы. Выполните то же другой ногой, а всего по 8-12 раз.

8. Походите по комнате на носках, полуприседая.


9. Ходите по комнате на носках, пятках, на внутренней и наружной сторонах стопы.

10. Ходите по бревну в течение нескольких минут.

11. Бегайте босиком по траве, воде и, если позволяет вам здоровье, по снегу.

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования Детско-юношеская спортивная школа № 1

Ганиев Руслан Николаевич
тренер-преподаватель по футболу



Обучение техническим приемам ведения мяча футболистов в группах начальной подготовки

15 ноября 2016 г.

Футбол - спортивная игра на травяном поле, в которой две противоборствующие команды используют ведение и пасы для приближенных к игре, в учебных и игровых ситуациях, а также в традиционных и современных играх, в которой учащиеся получают конкретные знания и навыки приемы в игровых условиях.

Страница 1 из 2

https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/presentationi/obucheniie_tiekhnichieskim_p_riiemam_viedeniia_miacha


INTOLIMP.ORG

Серия олимпиад «Весна 2017»

Подарки ученикам и учителям!
 Результаты сразу!

ПОДАТЬ ЗАЯВКУ

ПОЛУЧИТЕ СВИДЕТЕЛЬСТВО МГНОВЕННО



Добавить свою работу

* Свидетельство о публикации выдается БЕСПЛАТНО, СРАЗУ же после добавления Вами Вашей работы на сайт.

Комплекты

Главная

Цены

Публикации

Мероприятия

Опубликовать

Оплата

Документ

АЛЬМАНАХ ПЕДАГОГА



Публикации педагогов дополнительного образования

Чтобы опубликовать материал в разделе дополнительного образования [перейдите сюда](#) ---->>>

Опубликовано: 25.04.2017

Раздел образования: дополнительное образование

Автор: Ганиев Руслан Николаевич

Должность: тренер-преподаватель по футболу

Учебное заведение: МБУДО ДЮСШ г. Охи

Населённый пункт: г. Оха, Сахалинской области

Наименование материала: Методическая разработка

Тема: "Обучение техническим приемам ведения мяча в группах начальной подготовки"

<https://almanahpedagoga.ru/servisy/publik>

Перейти к публикации

Опубликовано: 24.04.2017

Раздел образования: дополнительное образование

Автор: Филатова Ирина Ивановна

Должность: заместитель директора по методической работе

Учебное заведение: МАУДО "Центр детского творчества"

Населённый пункт: ХМАО-Югра г. Пыть-Ях

Наименование материала: Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Тема: "Искусница"

Перейти к публикации

Опубликовано: 23.04.2017

Раздел образования: дополнительное образование

Автор: Войтова Ирина Тихоновна

Должность: педагог дополнительного образования

Учебное заведение: Центр детского творчества

Населённый пункт: город Пыть-Ях Тюменская область

Наименование материала: статья

Тема: Народный танец в жизни современного ребенка

Перейти к публикации

Вот примеры таких упражнений:

1. Тренировка силы и точности удара.

На стенке на высоте примерно 1,5 м рисуется квадрат 1х1 м. Задание: попасть в него летящим (а не катящимся) мячом с расстояния 10 м как можно большее число раз из 10 ударов. Освоив удары с 10 м, надо отойти ещё на 2-3 м назад. Если же, наоборот, попаданий мало – подойти к стене на 2-3 м. Совершенствуя точность удара, размер мишени можно уменьшить.

2. Тренировка навесного удара (его хорошо применять, когда обороняющиеся ставят «стенку» и мяч нужно направить через неё). На земле рисуется круг диаметром 2 м. Задание: попасть в него мячом с расстояния 10-15 м как можно большее число раз из 10 ударов. Для этого нужно подрезать мяч снизу, чтобы он, описав кривую, падал в круг сверху. В упражнении также можно увеличивать или уменьшать расстояние до круга или величину круга.

Упражнения для укрепления мышц стопы:

1. Ноги врозь, ступни параллельно, руки положите на пояс. Сводя колени, ставьте ступни на внутренний край. Разводя колени, ставьте ступни на наружный край. Повторите такие движения 6-32 раза.

2. Ноги врозь, руки на поясе. Поднимитесь на носки, а затем "перекатитесь" на пятки, поднимая носки вверх.

3. Встаньте прямо. Правую ногу поставьте на носок и слегка согните в колене. Выполняйте круговые движения правой ногой, затем ноги поменяйте и то же проделайте левой ногой.

4. Сядьте на пол, ноги выпрямите. Обопричься руками сзади о пол. Приподнимите ноги над полом и выполните круговые движения ступнями. Сделайте 17-20 кругов в каждую сторону.

5. Сидя, сводите и разводите пальцы ног. Упражнение можно усложнить: пальцами ног захватывайте мелкие предметы с пола и переносите их на другое место.

6. Встаньте прямо. Согните и разогните ступню, расслабьтесь. Повторите 18-20 раз каждой ногой.

7. Встаньте прямо, правую ногу отведите назад на носок. Подтягивайте правую ногу к левой, напрягая мышцы бедра и поясницы. Выполните то же другой ногой, а всего по 8-12 раз.

8. Походите по комнате на носках, полуприседая.

9. Ходите по комнате на носках, пятках, на внутренней и наружной сторонах стопы.

10. Ходите по бревну в течение нескольких минут.

11. Бегайте босиком по траве, воде и, если позволяет вам здоровье, по снегу.

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Детско-юношеская спортивная школа г. Охи

**Ганиев
Руслан Николаевич
тренер-преподаватель
по футболу**



**Обучение
техническим приемам
футболистов в группах
начальной подготовки**

15 ноября 2016 г.

<http://sport-school-okha.ru/images/metodrabota>

Футбол - спортивная игра на травяном поле, в которой две противоборствующие

Обучение техническим приемам проводится в следующей последовательности: раз-

приближенных к игре, в учебных и календарных играх, в которой каж-



круг сверху. В упражнении также можно увеличивать или уменьшать расстояние до круга или величину круга.

10. Ходите по бревну в течение нескольких минут.

11. Бегайте босиком по траве, воде и, если позволяет вам здоровье, по снегу.

15 ноября 2016 г.

Футбол - спортивная игра на травяном поле, в которой две противоборствующие команды используя ведение и передачи мяча ногами или другой частью тела (кроме рук) стремятся забить его в ворота соперника и не пропуская в свои. За всю историю своего развития человечество придумало множество различных игр, история которых очень интересна. Мир игр охватывает и увлекает взрослых детей, мужчин и женщин. И, конечно, самой популярной игрой является король игр - футбол.

Футбол - одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития и укрепления здоровья молодежи.



Обучение техническим приемам проводится в следующей последовательности: разучивание приема в упрощенных условиях, разучивание приема в условленной обстановке, закрепление приема, объяснение и показ. С помощью объяснения тренер добивается создания у юных футболистов правильного представления о структуре изучаемого приема, сосредоточивая при этом их внимание лишь на основном и опуская все тонкости и детали данного движения. Например, при ознакомлении занимающихся с ударом внутренней стороной стопы основное внимание сосредотачивается на главном (то есть положении стопы бьющей ноги, которая сильно развертывается носком наружу). Чтобы усилить эффективность объяснения, рекомендуется применять образность сравнений.

Закрепление технических приемов осуществляется с помощью многократного выполнения упражнений в подвижных играх, игровых упражнениях максимально

приближенных к игре, в учебных и календарных играх, в которой каждый участник получает конкретные задания.

Сложность футбола заключается в том, что все качества: физические, тактические, технические, психологические взаимосвязаны и взаимозависимы, и что развивать их по отдельности практически не возможно. На определенном этапе тренер должен работать целенаправленно над каждым качеством.

Главные задачи при совершенствовании ударов: обеспечить точность и нужную скорость полёта мяча, уметь изменить направление его полёта.

Для выполнения этих задач даются различные упражнения, прежде всего, на попадание мячом в цель.



Вот примеры таких упражнений:

1. Тренировка силы и точности удара.

На стенке на высоте примерно 1,5 м рисуется квадрат 1х1м. Задание: попасть в него летящим (а не катящимся) мячом с расстояния 10м как можно большее число раз из 10 ударов. Освоив удары с 10 м, надо отойти ещё на 2-3 м назад. Если же, наоборот, попаданий мало – подойти к стене на 2-3 м. Совершенствуя точность удара, размер мишени можно уменьшить.

2. Тренировка навесного удара (его хорошо применять, когда обороняющиеся ставят «стенку» и мяч нужно направить через неё).

На земле рисуется круг диаметром 2 м. Задание: попасть в него мячом с расстояния 10-15 м как можно большее число раз из 10 ударов. Для этого нужно подрезать мяч снизу, чтобы он, описав кривую, падал в круг сверху. В упражнении также можно увеличивать или уменьшать расстояние до круга или величину круга.

Упражнения для укрепления мышц стопы:

1. Ноги врозь, ступни параллельно, руки положить на пояс. Сводя колени, ставте ступни на внутренний край. Разводя колени, ставте ступни на наружный край. Повторите такие движения 6- 32 раза.

2. Ноги врозь, руки на поясе. Поднимитесь на носки, а затем "перекатитесь" на пятки, поднимая носки вверх.

3. Встаньте прямо. Правую ногу поставьте на носок и слегка согните в колене. Выполняйте круговые движения правой ногой, затем ноги поменяйте и то же проделайте левой ногой.

4. Сядьте на пол, ноги выпрямите. Обопричься руками сзади о пол. Приподнимите ноги над полом и выполните круговые движения ступнями. Сделайте 17-20 кругов в каждую сторону.

5. Сидя, сводите и разводите пальцы ног. Упражнение можно усложнить: пальцами ног захватывайте мелкие предметы с пола и переносите их на другое место.

6. Встаньте прямо. Согните и разогните ступню, расслабьтесь. Повторите 18-20 раз каждой ногой.

7. Встаньте прямо, правую ногу отведите назад на носок. Подтягивайте правую ногу к левой, напрягая мышцы бедра и поясницы. Выполните то же другой ногой, а всего по 8-12 раз.

8. Походите по комнате на носках, полуприседая.

9. Ходите по комнате на носках, пятках, на внутренней и наружной сторонах стопы.

10. Ходите по бревну в течение нескольких минут.

11. Бегайте босиком по траве, воде и, если позволяет вам здоровье, по снегу.

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Детско-юношеская спортивная школа г. Охи



**Ганиев
Руслан Николаевич
тренер-преподаватель
по футболу**

**Обучение
техническим приемам
футболистов в группах
начальной подготовки**

15 ноября 2016 г.

<http://sport-school-okha.ru/images/metodrabota>

Футбол - спортивная игра на травяном поле, в которой две противоборствующие

Обучение техническим приемам проводится в следующей последовательности: раз-

приближенных к игре, в учебных и календарных играх, в которой каж-

круг сверху. В упражнении также можно увеличивать или уменьшать расстояние до круга или величину круга.

- 10. Ходите по бревну в течение нескольких минут.
- 11. Бегайте босиком по траве, воде и, если позволяет вам здоровье, по снегу.



15 ноября 2016 г.

Футбол - спортивная игра на травяном поле, в которой две противоборствующие команды используя ведение и передачи мяча ногами или другой частью тела (кроме рук) стремятся забить его в ворота соперника и не пропуская в свои. За всю историю своего развития человечество придумало множество различных игр, история которых очень интересна. Мир игр охватывает и увлекает взрослых детей, мужчин и женщин. И, конечно, самой популярной игрой является король игр - футбол.

Футбол - одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития и укрепления здоровья молодежи.



Обучение техническим приемам проводится в следующей последовательности: разучивание приема в упрощенных условиях, разучивание приема в усложненной обстановке, закрепление приема, объяснение и показ. С помощью объяснения тренер добивается создания у юных футболистов правильного представления о структуре изучаемого приема, сосредоточивая при этом их внимание лишь на основном и опуская все тонкости и детали данного движения. Например, при ознакомлении занимающихся с ударом внутренней стороны стопы основное внимание сосредотачивается на главном (то есть положении стопы бьющей ноги, которая сильно разворачивается носком наружу). Чтобы усилить эффективность объяснения, рекомендуется применять образность сравнений.

Закрепление технических приемов осуществляется с помощью многократного выполнения упражнений в подвижных играх, игровых упражнениях максимально

приближенных к игре, в учебных и календарных играх, в которой каждый участник получает конкретные задания.

Сложность футбола заключается в том, что все качества: физические, тактические, технические, психологические взаимосвязаны и взаимозависимы, и что развивать их по отдельности практически не возможно. На определенном этапе тренер должен работать целенаправленно над каждым качеством.

Главные задачи при совершенствовании ударов: обеспечить точность и нужную скорость полета мяча, уметь изменить направление его полета. Для выполнения этих задач даются различные упражнения, прежде всего, на попадание мячом в цель.

