

Методическая разработка:

«Обучение технике ведения мяча со сменой направления»

Ссылки на видео:

https://drive.google.com/file/d/1FPxRpUIL8QMs1fcQstvYQuRb6sHIy9_K/view?usp=sharing

https://drive.google.com/file/d/1FPxRpUIL8QMs1fcQstvYQuRb6sHIy9_K/view?usp=sharing

<https://drive.google.com/file/d/1Faro9E1ST5dzLr0YBPCTHdCb-01eXTVw/view?usp=sharing>

<https://drive.google.com/file/d/1Faro9E1ST5dzLr0YBPCTHdCb-01eXTVw/view?usp=sharing>

https://drive.google.com/file/d/1FQTI_YW4Pjtf8PXHdsH0ix7IymQaHYaG/view?usp=sharing

<https://drive.google.com/file/d/1FX86lWO0gVmBnb5uZHOEhIB17FCD9fmo/view?usp=sharing>

Возраст: 8 - 11 лет

Площадка: 20*40 м

Техническая задача: Обучить технике ведения мяча со сменой направления.

Учитель: Мохов Кирилл Владимирович (г.Рыбинск, МОУ СОШ №29, учитель физической культуры, первая категория)

Упражнение для подготовительной части:

Описание упражнения	Рисунок упражнения
<p>Подвижная игра «Черепашки». 2-3 водящих «черепашки», ползая на руках и ногах, ловят игроков. Игроки с мячами, обыгрывают черепах, ведут мяч, меняют направление движения. Игрок, упустивший мяч за границы площадки становится «черепахой», либо «черепахи» отняли мяч у игрока». Игра продолжается до последнего игрока. Размер площадки в данном упражнении 10*15м</p>	
<p>Методические указания Подсказ</p> <p><u>Соблюдать правила ТБ, поднимать голову во время ведения, контролировать мяч</u></p>	<p>Дозировка</p> <p>5-7 мин</p>

Описание упражнения

Встречное ведение мяча, с передачей друг другу различными частями стопы.
Менять направление движение
Поднимать голову во время выполнения упражнений.
Поднимать голову во время выполнения упражнений

Рисунок упражнения



Методические указания Подсказ

Контролировать движение мяча
Менять направление движения
Поднимать голову во время выполнения упражнений
Не касаться фишек мячом

Дозировка

12 мин.

Упражнение 2:

Описание упражнения	Рисунок упражнения
Ведение мяча с изменением направления, разными частями стопы с ударом по воротам	
Методические указания Подсказ	Дозировка
<u>Контролировать движение мяча</u> <u>Менять направление движения</u> <u>Поднимать голову во время выполнения</u> <u>упражнений</u> <u>Не касаться фишек мячом</u>	12 мин

Логика выбора упражнений для данных обучающихся: выбор упражнений был основан на уровне подготовки команды, подводящее упражнение «черепахи», далее ведение «змейкой» по прямой для улучшения качества ведения мяча, также ведение мяча «елочкой» для улучшения навыка техники ведения мяча.