**Методические рекомендации.**

**«Методика обучения детей дошкольного возраста**

**игре в футбол»**

**Подготовила инструктор по фк Меркулова Н.Г.**

**МБ ДОУ «ЦРР – Детский сад № 224»**

**г. Новокузнецк**

**Методика обучения детей дошкольного возраста игре в футбол**

При обучении игре в футбол активизируется двигательная активность детей, [развиваются различные виды движений](https://vscolu.ru/articles/dvigatelnaya-aktivnost-kak-osnovnoe-sredstvo-preodoleniya-dvigatelnoj-deprivacii.html), формируются личностные качества, воспитывается потребность в занятиях физическими упражнениями и спортом.

Классическую методику по обучению игре в футбол мы адаптировали для использования на занятиях и спортивных досугах с детьми среднего и старшего дошкольного возраста с учётом требований образовательного стандарта.

Для того чтобы эффективно проводить занятия по обучению игре в футбол, следует подготовить площадку с травяным покрытием размером 24 м х 18 м. Поперёк площадки отмечаются средняя линия и центральный круг диаметром 5 м. Разметка делается мелом или песком. По углам площадки на месте пересечения средней и лицевых линий ставятся флажки. В середине боковых линий ставятся ворота высотой 1,5 м и шириной 2 м. Размеры футбольной площадки можно варьировать в зависимости от имеющихся условий. При обучении детей элементам игры в футбол используется облегчённый мяч меньшего размера, чем для взрослых (лучше волейбольный и не полностью накачанный). Подойдёт также резиновый или пластмассовый мяч среднего диаметра (12—15 см). Если позволяют условия спортивного зала, то обучение можно проводить и в нём.

**В процессе обучения детей элементам техники игры в футбол следует соблюдать определённый порядок их освоения по принципу «от простого — к сложному».**

Последовательное решение конкретных задач по обучению техническим приёмам футбола представляет собой определённую систему взаимодействия педагога и ребёнка, в которой нами условно выделены три этапа.



Задачи первого этапа:

**1. Создать у детей представление об игре в футбол.**

Для этого детям предлагается рассмотреть футбольный мяч, ворота, разметку. Можно рассказать им правила игры, попутно задавая вопросы об этом виде спорта. Выявив уровень представлений детей об игре, начинаем углублять их знания о футболе.

**2. Обучить удару ногой по мячу.**

Удары по мячу ногами составляют основу техники игры. По способу выполнения для дошкольников более доступны удар внутренней стороной стопы, удар носком и удар пяткой. Выделяются две основные фазы движений, общие для всех способов ударов: предварительная (состоит из разбега и постановки опорной ноги) и рабочая (представлена ударным движением и проводкой).

В первую очередь обучаем детей удару носком, так как он самый доступный для дошкольников исходя из особенностей их физического развития и координации движений. Техника выполнения удара носком ноги: выполняется по неподвижному или катящемуся мячу с места или с разбега. Опорная нога ставится сбоку от мяча, а ударная нога в момент замаха согнута в колене. При выполнении удара нога почти выпрямляется. Удар наносится носком в середину мяча. Направление полёта мяча в данном случае влево или вправо.

Затем обучаем удару внутренней стороной стопы. Техника выполнения: опорная нога ставится на расстояние 10—15 см сбоку от мяча. Ударное движение начинается с одновременным сгибанием бедра и поворотом наружу стопы ударной ноги. В момент удара стопа находится строго под прямым углом к направлению полёта мяча.

Техника выполнения удара пяткой: опорная нога ставится на уровне мяча. Бьющая нога при замахе проносится над мячом вперёд и резким движением назад наносится в середину мяча.

При обучении технике ударов используются следующие подводящие упражнения:

* имитация удара без мяча;
* удар с места по неподвижному мячу;
* удар с нескольких шагов по неподвижному мячу;
* удар с разбега по неподвижному мячу;
* удар по неподвижному мячу в стенку, выполняется с расстояния 3—4 шага.
* удар в обозначенные флажками ворота шириной 1 м с расстояния 5—10 шагов;
* удар в цель (кегля или какой-либо предмет) с расстояния 4—6 шагов;
* в парах, на расстоянии 5—6 шагов друг от друга выполнять удары, направляя мяч в сторону партнёра.

Задачи второго этапа:

**1. Освоить технику остановки мяча ногой.**

Основные фазы выполнения остановки мяча ногой. Подготовительная фаза — исходное положение: масса тела переносится на опорную ногу, которая немного согнута в колене для устойчивости. Останавливающая нога выносится навстречу мячу. Рабочая фаза — производится уступающее движение останавливающей ногой, которая несколько расслаблена. Скорость движения ноги постепенно снижается. Завершающая фаза — центр тяжести переносится в сторону останавливающей ноги и мяча. По способу выполнения есть остановка мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Техника остановки мяча: игрок концентрирует внимание на движущемся мяче и выполняет остановку внутренней стороной стопы или подошвой.

Подводящие упражнения:

остановка мяча ногой после удара о стену. Выполнять поочерёдно левой и правой ногой;

упражнения в парах. Дети выполняют удар друг другу и останавливают мяч внутренней стороной стопы или подошвой. Постепенно следует увеличивать расстояние друг от друга;

в парах, продвигаясь вперёд, выполнять удар партнёру, предварительно остановив мяч одним из приёмов;

**2. Сформировать умение вести мяч ногой.**

Выполняется несильными ударами, толчками ногой внешней или внутренней частью стопы с использованием следующих подводящих упражнений:

ведение мяча по прямой в медленном темпе, при каждом шаге мяч касается ноги;

ведение мяча по линии круга попеременно левой и правой ногой. Сначала выполнять шагом, затем медленным бегом;

ведение мяча по коридору (ограничение из кеглей или любых предметов) шириной 1 м. Постепенно уменьшать ширину коридора;

ведение мяча между предметами, расставленными по прямой линии на расстоянии 50 см друг от друга;

выполнение ведения произвольно по всей площадке, меняя направление движения и скорость.

**Задача третьего этапа:**

Обучение двусторонней игре и элементам тактических действий. Игра проводится по упрощённым правилам, которые надо обязательно объяснить детям перед началом игры и неоднократно напоминать в процессе. Команда состоит из 5—8 человек. Опыт показывает, что для дошкольников оптимальное время игры составляет 10 минут с перерывом 2—3 минуты. Это обусловлено тем, что во время игры у детей очень высокий психоэмоциональный подъём, поэтому затягивать её не стоит. Перед началом игры проводится жеребьёвка, с помощью которой определяются сторона площадки и начальный удар.

Мяч до начала удара ставится на землю в центре поля. Игроки команд располагаются за линией центрального круга. Игра начинается по сигналу судьи одним из капитанов команд. Он подбегает к мячу, выполняет удар по нему игроку своей команды. Все действия с мячом выполняются только ногами. Руками взять мяч может только вратарь. Кроме того, педагог может сам ввести некоторые ограничения (правила) в соответствии с поставленными задачами на данном этапе обучения.

Таким образом, обучение элементам игры в футбол способствует освоению техники выполнения сложно-координационных движений, отдельных тактических комбинаций, требующих проявления взаимодействия воспитанников, выдержки, решительности, смелости. Посредством игр и игровых упражнений с элементами футбола дети смогут научиться управлять не только своей самостоятельной двигательной деятельностью, но и эмоциями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях.