**План-конспект открытого учебно-тренировочного занятия**

**по мини - футболу 4 год обучения**

**Тема:** 1.Обучение тактике и технике атаки и защиты два в один.

**Задачи:**

1. Отработка навыков ударов по мячу через передачу.
2. Формирование индивидуально- командной техники - тактической подготовки.

**Инвентарь:**мячи футбольные, свисток, манишки.

**Место проведения:**спортивный зал ДЮСШ с.Анучино

**Время проведения:**40 минут.

**Дата проведения:**

Организационные моменты:

Проверить температурный режим в спортивном зале

Проверить состояния места занятий

Проверить готовность обучающихся к занятиям

**Тренер-преподаватель ДЮСШ с.Анучино Кирсанов Денис Евгеньевич**

**Ход учебно-тренировочного занятия**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Часть Занятия** | **Частные задачи** | **Содержание** | **Дозировка** | **Организационно методические указания** |
| Подготовительная  ( 12 минут ) | Настроить обучающихся на рабочую обстановку в коллективе | 1.Построение  2.Проверить форму обучающихся  3.Объяснение задач занятия | 2 мин | Завязаны ли шнурки, проверить форму и состояние здоровья |
| Разогреть организм для дальнейшей работы | 1.Бег по спортивному залу:  -Бег спиной вперед  -Бег с ускорение от свистка до свистка | 5 мин | Равномерный ровный бег, держать дистанцию |
| Подготовить организм к дальнейшей работе | 1.Специальные беговые упражнения:  -захлест бедром вовнутрь  -отведение бедра в сторону  -удары головой с 2-х шагов  -по два шага в стороны лицом вперед  - по два шага в стороны спиной вперед  -на месте с высоким подниманием бедра по свистку ускорение  2.Растяжка мышц | 5 мин | Выполнять спокойно без резких движений |
| Основная часть  ( 25 мин ) | Повторить удары по мячу через передачу левой и правой нагой  Обучить тактике и технике атаки и защиты два в один. | 1.Обучающиеся становятся в две колонны ( левую и правую), так как левая колонна бьет левой ногой, а правая правой нагой.  У каждого мяч.  По очередно делают передачу тренеру-преподавателю в перед, затем бежит и бьет по воротам. В воротах стоит вратарь. Через некоторое время колонны меняются местами и выполняют тоже самое.      ворота  ворота  2. Обучающиеся разбиваются на тройки. Один игрок становится в линию защиты, а остальные два игрока в линию атаки. По сигналу (свисток) игроки атаки начинают движения к воротам пытаясь забить гол, а игрок защиты пытается отобрать у них мяч не дав забить гол.  Затем игроки меняются по кругу из линии атаки в линию защиты. | 10 мин  15 мин | Выполнять передачу точно внутренней стороной стопы. При ударе по мячу тянуть носок.  Игроки атаки действуют на всю ширину площадки отдавая точные пасы. Игрок защиты пятится выжидая момент для отбора мяча, если не получается отобрать мяч то он пытается любым способом препятствовать удару по воротам. |
| Заключите  льная  ( 3 мин ) | Привести организм в спокойное состояние | Построение  Подведение итогов | 3 мин | Подвести итог занятия.  Рассказать об ошибках, указать замечания и оценить работу каждого обучающегося. Дать совет. |