

**МБУ «СШ» г. Вязьмы Смоленской области**

**План-конспект занятия учебно-тренировочной группы  
4-го года обучения**

**Тренер-преподаватель – Леоненко Артур Николаевич**

**Возраст занимающихся:** 15 – 16 лет

**Продолжительность занятия:** 90 минут

**Тема занятия:** тактическая подготовка - тактика игры в атаке

**Цель занятия:** комбинация «скрещивание»

**Задачи:**

- Объяснить важность наигранных комбинаций
- Показать несколько наигранных комбинаций «скрещивание» на макете футбольного поля
- Закрепить наигранные комбинации в упражнениях и игровой форме
- Указать на имеющиеся ошибки, способы их устранения

**Тип урока:** тренировка на открытом воздухе

**Формы и методы работы:** игровая, объяснение, показ (целостный и расчлененный метод).

**Инвентарь и оборудование:** поле для мини-футбола с воротами 2х3 м и сетками, 4 переносных футбольных ворот 0,8х1,2 м, футбольные мячи № 5 ( 5-6 шт.), фишки и конусы.

**Используемые педагогические технологии:**

- работа с группой;
- дифференцированный подход.

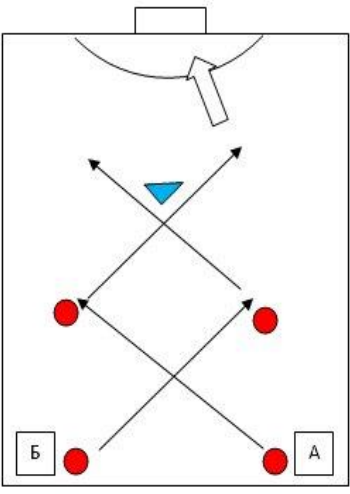
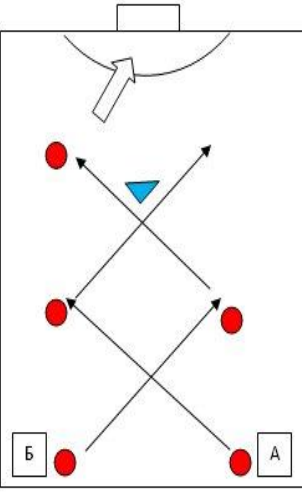
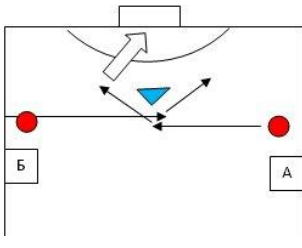
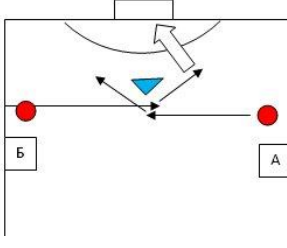
**Алгоритм действия:**

- Построение группы, объяснение цели и задач тренировки;
- Разминка, подводящие упражнения;
- Объяснение важности наигранных комбинаций
- Показ нескольких комбинаций на макете футбольного поля;
- Закрепление комбинаций в упражнениях и игровой форме;
- Разбор ошибок, советы по устранению ошибок, рефлексия.
- Заминка

**Дата проведения:** 17 мая 2022.

| Частичные задачи                       | Содержание урока  | Дозировка       | Примечания   |
|--|---|-----------------|--|
| <b>I.Подготовительная часть 16 мин</b> |   |                 |  |
| Организация занимающихся               | 1.Построение, сообщение цели и задач тренировки   | 1 мин           | Обратить внимание на внешний вид   |
| Разминка                               | 1.Ходьба по периметру футбольного поля (поочередно: обычная, на носках, на пятках, «гусиным шагом») | 3 мин           | Руки на поясе  |
|  | 2.Бег в медленном темпе   | 3 мин           | Обращать внимание на правильное дыхание, легкость бега на носках, следить за осанкой |
|  | 3. Бег с высоким подниманием бедра  | 2x8 м<br>3 мин. | Выполняется из положения стоя в шеренге, дистанция между занимающимися 2-3 м         |
|  | 4. Бег с захлестом голени   | 2x8 м<br>3 мин. | То же самое  |
|  | 5.Челночный бег<br>2x30 м   | 3 мин.          | Из положения стоя в колонне поочередно   |
| <b>II.Основная часть 69 минут</b>      |   |                 |  |
| Подводящие упражнения                  | 1.Передачи мяча в парах и тройках в 1-2 касания   | 7 мин           |  |
| Обучение комбинации «скрещивание»      | 1.Объяснить суть комбинации   | 7 мин           | Комбинация может применяться на любом участке поля, но наиболее эффективна вблизи    |

|   |  |        |   |
|---|--|--------|---|
|   |  |        | ворот соперника. При правильном исполнении защитникам непросто понять, у кого из нападающих останется мяч |
|   | 2. Показать несколько вариантов комбинации на макете: а) при движении игроков навстречу друг другу; б) при движении игроков под углом друг к другу               | 5 мин  | Обратить внимание на то, что преимущество имеет игрок, движущийся без мяча.                               |
| Упражнения для разучивания комбинации «скрещивание» | 1. Комбинации при движении игроков под различным углом друг к другу: а) игрок Б без мяча оставляет мяч партнеру; б) игрок Б без мяча подхватывает мяч у партнера | 15 мин | Сначала выполняется без противодействия, затем с пассивным сопротивлением защитников                      |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|   |    |    |  |
|   | <p>2. Комбинации при движении игроков навстречу друг другу: а) игрок Б без мяча оставляет мяч партнеру; б) игрок Б без мяча подхватывает мяч у партнера</p> | <p>15 мин</p>   | <p>Сначала выполняется без противодействия, затем с пассивным сопротивлением защитников. Игрок с мячом ведет мяч дальше от соперника ногой</p> |
|   |    |  |  |
|   | <p>3. Игра 5x5 с закреплением комбинации «скрещивание»</p>  | <p>20 мин</p>   | <p>Игроки делятся на 2 группы и занимаются на разных воротах</p>   |
| <p><b>III. Заключительная часть 5 мин</b></p> |   |   |  |
| <p>Заминка</p>                                | <p>1. «Стретчинг» - повышение эластичности мышц, сухожилий, связок и</p>  | <p>3 мин</p>  | <p>Упражнения должны выполняться правильно и точно. Необходима</p>   |

|  |  |       |  |
|--|--|-------|--|
|  | суставных сумок  |       | максимальная концентрация на нагружаемую группу мышц. Обязательно статическое растягивание |
|  |  |       |  |
|  | 2.Подведение итогов занятия, домашнее задание. Рефлексия | 2 мин |  |