УЗГОДНЕНА

Намеснік загадчыка па асноўнай дзейнасці

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ж.Н. Казура

Дзяржаўная ўстанова адукацыі

“Яслі-сад аг. Нарач”

**«ТРЭНІРОЎКА ФУТБАЛІСТАЎ”**

**Фізкультурная забава**

**для сярэдняй і старэйшай групы**



Падрыхтавала:

Кіраўнік фізічнага выхавання

З. Л. Серада

Дата правядзення

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

НАРАЧ, 2013

**Фізкультурная забава**

**“Трэніроўка футбалістаў”**

Мэта: Практыкаваць у вядзенні мяча, развіваць фізічныя якасці праз гулянёвую дзейнасць, выхоўваць уменне дзейнічаць разам, ствараць станоўчы эмацыянальны настрой.

Абсталяванне: мячы гумавыя, кубікі або кеглі, свісток.

**Ход забавы**

Педагог: Дзеці, вы бачылі футбольны мяч? Што вы можыце сказаць аб спарцменах-футбалістах, якія яны? А вы б хацелі стаць такімі ж вынослівымі, спрытнымі, хуткімі? Тады я прапаную правесці футбольную трэніроўку. Згодны? Давайце ўявім сабе, што мы знаходзімся на футбольным полі.

**1. “Футбалісты выходзяць на поле”**

- пастраенне ў калону па-аднаму

- хадзьба ў калоне па-аднаму 10 сек.

- бег у калоне па-аднаму 30 сек.

- бег спіной наперад ( глядзець праз правае плячо) 15 сек.

- бег у калоне па-аднаму 30 сек.

- бег з высокім падыманнем каленяў 10 сек.

- бег са зменай напрамку 35 сек.

- хадзьба ў калоне па-аднаму 20 сек.

**2. “Размінка футбалістаў”**

«Разминка футболистов» (общеразвивающие упражнения)

Комплекс АРП стар. 20, зан. 5

**3. “Трэніроўка футбалістаў”**

- Вядзенне мяча нагой у прамым накірунку, вядзенне мяча паміж прадметамі

3 разы па 10 м

- Перадача мяча нагой у парах 10 – 12 разоў

**4. “Таварыская сустрэча”**

Гульня ў мініфутбол двюмя камандамі 2 таймы па 3 мінуты.

Педагог: Добра мы з вамі патрэніраваліся. Мне здаецца, што кожны з вас праявіў якасці сапраўднага спарцмена – футбаліста. Я за вас вельмі рада! Наша трэніроўка закончылася. Да нровай сустрэчы!