

Конспект тренировки по футболу

Подготовил и составил

Тренер-преподаватель ГБОУ СОШ №22 СП «ДЮСШ №1»

Горланов В.И.

Тема: «Обучение техники футболистов третьего года обучения»

Задачи тренировки:

1. Обучение техники футболистов.
2. Совершенствование передачи мяча.
3. Удары по воротам по неподвижному мячу.
4. Обводка конусов.
5. Ведение мяча.
6. Упражнение квадрат.

Место проведения: спортивный зал ГСКОУ школы-интерната.

Продолжительность тренировки: 30 мин.

Оборудование и инвентарь: футбольные мячи, фишки, ворота, секундомер.

Упражнение «Ведение мяча».



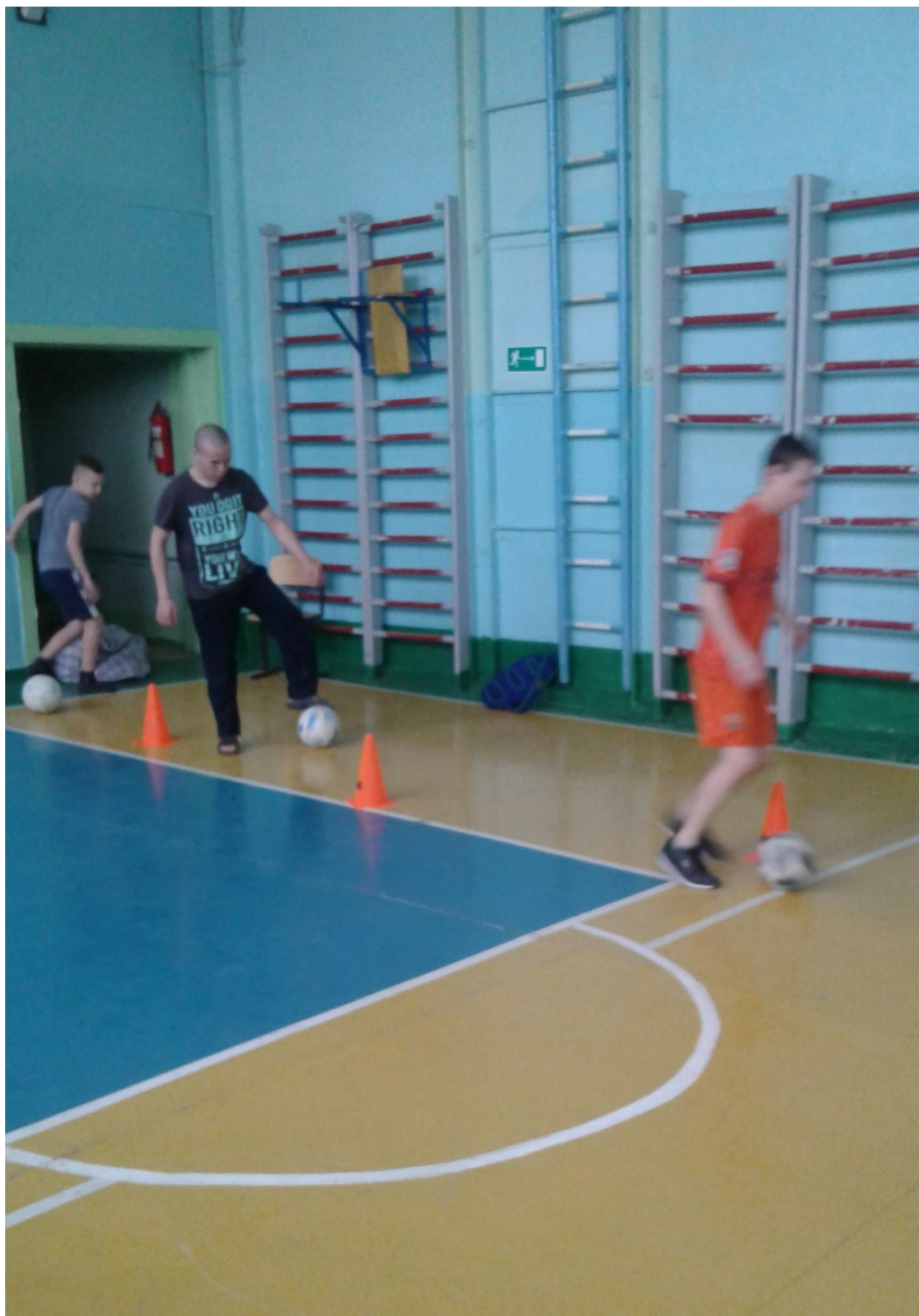
Упражнение «Квадраты»



Упражнение «Передача в парах в одно касание»



Упражнение «Обводка фишек»



Упражнение «Удары по воротам по неподвижному мячу»

