

. ИГРА " АВТОКОЛОННА "

по обучению элементам игры в футбол

ОРГАНИЗАЦИЯ

- Отметьте поле 12 х 12 метров.
- У каждого ребенка есть 1 мяч в руках.

ХОД ИГРЫ

- Тренер говорит детям, что они садятся в машину и отправляются в путь. Мяч держится как «руль» перед телом.
- Тренер определяет скорость бега с помощью громкого обозначения типов дорог: «Мы едем по городу» (медленно) , «по шоссе» (быстро) и т.п.
- Тренер также может указать направления: «Мы едем направо », «Мы едем прямо», «Мы включаем заднюю передачу» и т. Д. Здесь могут оговариваться правила, так как часто не все дети знакомы с терминами.
- Тренер определяет, когда все дети должны остановиться: «Светофор становится красным», «На шоссе есть пробка», «Внимание, появляется знак остановки». Дети могут сидеть на мяче при остановке мяча или останавливать его коленом.

ВАРИАЦИИ

- Установите дополнительные элементы, такие как остановка на заправке, чтобы долить топливо (выполнить 5 приседаний) или проверить давление в шинах (выполнить 3 отжимания).
- Чтобы выполнить соревнование: последний, кто завершит движение, должен пойти в мастерскую (бросить свой мяч три раза и поймать его снова) и т.п.

