

Морозова Галина Александровна
инструктор по физической культуре высшей категории
МАДОУ ДСКН № 6 г. Сосновоборска.

Консультация для родителей.
«ФУТБОЛ – ДЛЯ СМЕЛЬЧАКОВ»

В настоящее время, несмотря на разнообразие программ, внедряемых в дошкольных образовательных учреждениях, проблема совершенствования физического воспитания детей остается актуальной. Специалисты отмечают, что совершенствование системы физического воспитания необходимо как в плане традиционно используемых, так и внедрения новых средств, форм и методов занятий физическими упражнениями. В системе физического воспитания особый интерес представляет использование игровых методов и упражнений из арсенала спортивных игр.

В нашем детском саду используется методика обучения элементам футбола в системе физического воспитания детей (в форме кружка 2 раза в неделю).

Наблюдается высокий интерес детей к занятиям футболом, что позволяет использовать этот вид спорта не только как средство физического развития, но и как важный фактор воспитательного, педагогического воздействия.

В процессе занятий формируются такие качества, как коллективизм, выдержка, целеустремленность, дисциплинированность. Итоги мониторинга свидетельствуют о положительной динамике уровня сформированности основных движений и физических качеств, потребности в двигательной активности детей.

Предлагаю несколько советов для родителей ребят,
подготовительных к школе групп.

В каком возрасте можно отдавать ребенка в футбол?

«Есть мнение, что начинать занятия футболом нужно в 6-7 лет. Это тот возраст, когда ребенок сможет осмысленно выполнять задания тренера, будет быстрее осваивать технику владения мячом. Однако я считаю, что ребенок, который недавно встал на ногу и начал накапливать свой двигательный опыт, уже может забить свой первый гол и порадовать родителей.

Для этого нужны занятия по футболу для детей от 3 лет. А еще - педагог, который имеет опыт работы с дошкольниками и может превратить любую тренировку в сказку, где мяч - «колобок», а ворота - «замок», охраняемый «волшебником». Тем самым у вас получится привить ребенку любовь к футболу и заложить фундамент для последующего развития».

Каким детям подходит этот вид спорта?

В первую очередь:

- активным и непоседливым, тем, кто ни минуты не стоит на месте. Именно на таких детей тренер обратит внимание в первую очередь;

- атлетически сложенным. Конституция некоторых детей от рождения говорит о том, что им будет легко заниматься спортом. И это безусловный плюс в футболе;
- ловким, с хорошей координацией движений. Эти качества важны для юных футболистов;
- тем, кто любит игру. Можно не иметь от рождения всех вышеперечисленных качеств, но стремление стать футболистом станет огромным стимулом к победам.

Как определить, что ребенку подходит футбол?

Лучший способ понять – попробовать, самому. Для футбола в первую очередь важны такие качества как скорость и выносливость. Опытный детский тренер поможет развить навыки и заложить фундамент для «взрослой игры». В любом случае, мировыми звездами становятся единицы, а заниматься спортом и вести активный образ жизни может каждый!

Преимущество футбола.

Футбол воспитывает все необходимые качества для успешного будущего ребенка: выносливость, терпение, умение принимать решения, лидерские качества и командный дух. Этот вид спорта учит принимать победы и поражения.

Футбол прекрасно развивает ребенка физически, тренирует ловкость, координацию движений, быстроту реакции.

Один из самых популярных видов спорта. Играть в него можно даже во дворе.

В команде ребенок может занимать разные позиции, что дает возможность заниматься футболом детям различной комплекции и роста.

Футбол может стать стартовой площадкой для дальнейших занятий спортом. После можно перейти, например, в хоккей. Или совмещать эти виды спорта.

Есть и минусы этого вида спорта?

Наверное, единственным серьезным недостатком футбола является его травматизм.

Остальные минусы можно рассматривать и как достоинства. Так, в футболе побеждает вся команда. Оценить одного в команде очень сложно. С другой стороны, при проигрыше достается всем.

Конечно, есть и противопоказания для занятий футболом.

Это:

- сердечно - сосудистые проблемы;
- астма;
- заболевания желудочно-кишечного тракта;
- проблемы со зрением (миопия);
- болезни опорно-двигательного аппарата;
- ожирение;

- хронические заболевания, в связи с которыми врачи запрещают футбольные тренировки.

Обратите внимание, что в некоторых случаях, доктор разрешает, заниматься в спортивной секции даже если у ребенка существуют противопоказания. Все зависит от степени заболевания. И, конечно, необходимо тщательно обследоваться, проконсультироваться с профильным специалистом.

Предлагаю упражнения с мячом (элементы футбола) с родителями во дворе, на даче.

- Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с одного, двух, трех шагов.
- Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега.
- Ребенок катит мяч, взрослый сбоку ударяет по нему ногой.
- Бросать мяч руками вверх и принимать его на подошву.
- Ребенок посылает мяч ногой, взрослый останавливает (*тоже ногой*) и наоборот.
- Вести мяч правой и левой ногой по прямой.
- Вести мяч толкая его поочередно то правой, то левой ногой по прямой.
- Вести мяч вокруг любого предмета.
- Вести мяч с ускорением и ударять по воротам.
- Ребенок бьет по мячу ногой, взрослый принимает его.
- Ребенок ведет мяч ногой, взрослый улавливает момент и вступает в борьбу за мяч.
- Ребенок стоит в воротах, взрослый с 4 - 5 м легко ударяет по мячу, тот ловит и бросает обратно и наоборот.
- Игровое упражнение «*Ну-ка отними!*» в паре с взрослым.