**ПЛАН-КОНСПЕКТ**

**педагога дополнительного образования**

**Абрамов Геннадий Николаевич**

Объединение: «Мини-футбол»

Программа: «Мини-футбол»

Группа: 01-48

Дата проведения: 18.12.2022 года

Время проведения:

01-48 15ч.30 мин

**Тема:** Общая специальная подготовка. Специальные упражнения для развития ловкости

**Цель занятия**: Расширить у занимающихся объем двигательных навыков.

Комплекс упражнений без мяча для развития ловкости. Комплекс упражнений с мячом для развития ловкости.







**Основная часть:**

- Дети катят мяч внутренний стороной стопы одной ноги и останавливают его подошвой другой ноги.

- Перекатывание мяча подошвой в движении поочередно обеими ногами.

- Покатить мяч вперед подъемом и тянуть мяч назад подошвой поочередно правой и левой ногой.

- Ведение мяча внутренний стороной подъема с переменной скоростью.

Подвижная игра «Запрещенное движение» тренер и дети становятся в круг. За тренером повторяют движение. Кроме запрещенного движения «Руки вперед-вверх». Кто ошибается, тот отжимается.



**Игровая часть**

Игра 2\*2- 5 минут

Игра 4 против 4 – 5 минут

Игра к своим флажкам.

В заключительной части похвалить детей, которые хорошо тренировались

**Домашнее задание:**

 - Выполнить упражнения с теннисным мячом

Обратная связь в WhatsApp (т. 89205302887), выслать фото с выполнением упражнений и на почту **gennadij.abramov.61@mail.ru**. Для педагога Абрамова Г.Н.