***ЯК КОЗАКИ ГРАЛИ У ФУТБОЛ***

**Заняття 1**

***Мета:*** Розучити комплекс загальнорозвиваючих вправ ( з великим м’ячем). Повторити правила гри у футбол;сформувати вміння володіти м'ячем (ведення, удари, зупинки). Удос­коналювати колективні дії з м'ячем у грі «Назустріч» та координацію рухів у грі «Влучи у ворота».

Посібники: м'ячі за кількістю дітей, 10 кеглів (кубиків).

 **Хід заняття:**

*Діти заходять до залу . Вихователь – кошовий, повідомляє про лист-запрошення.*

 Лист із Франції ми получили

 Мушкетери нас запросили

Футбольний матч зіграти.

Один за одним швидко встали

 Вирівняли всі постави.

Зробим вправи незвичайні,

Тому будьте одностайні.

Вправи в русі ми почнем

Із ходьби і-розпочнем.

***I.*** *Ходьба та повільний біг в колоні по одному (до 3 хв). Під час ходьби та бігу діти виконують різні завдання за сигна­лом вихователя: зупинки, присідання, ходьбу з високим підніманням стегна та ін*.

Ось і на полі вже ми з вами,

Будемо робити вправи із м’ячами.

***Загальнорозвиваючі вправи з м’ячами.***

 Поки м’ячі ми покладем

 Підготовчі вправи проведем.

 ***Підготовчі вправи****:* махи ногою вперед та назад; те ж саме із згинанням опорної ноги в колінному суглобі; імітація удару по м'ячу. *(Повторити 10— 12 разів).*

Що ж ви добре потрудились

І напевно всі стомились.

Біля вогнища сідайте,

І сильніш його роздувайте

*(вправи на відновлення дихання*)

До співу птахів прислухайтесь,

З вітром пограйтесь…

*(діти відтворюють стан погоди)*

Вітер гуляє полем,

Хилить дерева додолу.

Шелестять трави,

Шепочуться діброви,

А потім вітер вщухає.

Він тихесенько спочиває.

Тихо, тихо спочивай,

Вогонь нам не задувай.

*( повне розслаблення)*

Що ж, підготовчі вправи ви зробили,

Похвалу від мене заслужили.

А тепер вже час

Елементам футболу навчити вас.

***II.*** **Повторюються елементи футболу.** *Протягом 8 — 10* *хвилин діти вільно грають з м'ячем на майданчику. Перед тим вихователь нагадує їм, які вправи вони мають виконувати: ведення м'яча, удари та зупинка м'яча, підбивання м'яча вгору правою та лівою ногою та ін.*

**Ігрова вправа «Назустріч».** *Діти ши­куються у 2 шеренги* *обличчям одне до одного на відстані 3 м. У кожної пари — по м'ячу. Один з гравців котить його обома руками партнеру, а той виконує удари по м'ячу правою та лівою ногою. Потім вони міняються ролями. Повто­рити 10 — 12 разів*.

**Гра « Влуч у ворота».** *Діти розподі­ляються на 2 —* 3 *команди, кожна з яких шикується на відстані 3 — 4 м від воріт (2 кеглі або 2 кубики, поставлені на ширині 1 м). Діти по черзі виконують удари по м'ячу, намагаючись влучити у ворота. Перемагає команда, гравці якої мають більше влучань. Повторити 5 — 6 разів.*

Тренувались залюбки

Бачу – справжні козаки.

Вправи повторите ви.

 Мушкетерів переможем ми.

 Тренування закінчились.

 Чи не дуже ви втомились?

 Ми на коники сідаєм

 І додому поспішаєм.

**III*.*** *Шикування у колону по одному. Біг змійкою у повільному темпі (до 2 хв). Ходьба у повільному темпі на носках, «як лисички» (30 с).*

***ЯК КОЗАКИ ГРАЛИ У ФУТБОЛ***

**Заняття 2**

( продовження)

**Мета:** Повторити комплекс загальнорозвиваючих вправ (з великими м’ячем). Повторити з дітьми прави­ла гри у футбол. Удосконалювати навички ведення м'яча в парах зі зміною напрямку та забивання його у ворота. Розвивати окомір у грі «Збий предмет». Гра у футбол.

**Посібники:** м'ячі за кількістю дітей, 9 — 12 кеглів.

**Хід заняття:**

*Діти - козаки заходять до залу, вихователь – кошовий їм повідомляє:*

Ось прийшов вже час,

Сьогодні матч з футболу в нас.

Мушкетери у Франції чекають,

З нами футбол грати бажають.

Чи готові ви? (Так) Не злякались? (Ні)

Недарма ж ми тренувались!

Але нам потрібно повторити тренування,

І тоді поїдемо до Франції на змагання.

***I.*** *Ходьба на носках і п'ятках, руки — за головою (50 с). Біг у середньому темпі (45 с); ходьба.*

***Загальнорозвиваючі вправи з м’ячем.***

Підготовчі вправи ви зробили,

До елементів футболу приступили.

**II.** **Повторення елементів футболу. Ігрова вправа** **«Пройди та влуч у воро­та».** *Діти шикуються в три* *колони (це — команди) на відстані 6 м від воріт. За сигналом вихователя гравці кожної ко­манди по черзі починають вести м'яч від лінії старту, обводять на шляху 3 — 4 кеглі і з відстані 2 м виконують удар по воротах. Перемагає та команда, яка зробила більше влучних ударів.*

**Ігрова вправа «Рухаючись парами».** *Діти шикуються у* *дві шеренги обличчям одне до одного на відстані 2 м. У кожної пари — м'яч. Рухаючись приставним кроком з одного боку майданчика до іншого, діти передають м'яч одне одному ногами довільним способом. Необхідно передавати м'яч вперед, враховуючи рух партнера. Повторити 10 — 12 разів.*

.

Що ж я думаю готові ви

Всі у «чайки» й попливли.

*Діти сідають на гімнастичні лави (імітація рухів «гребемо веслами»)*

Чорна хмара небо вкрила,

Певно дощик буде йти

Налякались козаки?...(Ні)

Наберемось сили

І надуємо вітрила.

*Вправи на відновлення дихання.*

 Пройшла чорна хмара, і знову у небі засяяло сонечко, вітерець повіває, шепочуться трави. Ніби нашіптують нам: «Щасливої дороги». А трави такі пахучі, духмяні – чебрець,

м’ята, ромашка, полин. Нехай ці цілющі аромати пробуджують у ваших серцях любов до рідної землі, дарують вам добро і спокій, радість і перемогу.

**Аромотерапія.**

Від України ми далеко відпливли

У Францію ми припливли.

З мушкетерами в футбол пограємось,

В рівному бою позмагаємось.

**Гра у футбол.** На різних кінцях майданчика ставлять ворота (їх можна позначити кеглями). Грають рівні за складом команди.(одна команда- козаки, інша- мушкетери) Кожний тайм триває 8 — 10 хв.

У футбол ви гарно граєте,

За це медалі получаєте.

Вручення медалей.

Що ж ви добре позмагались

І, напевно потомились.

У чайки всі сідайте

Та додому вирушайте!

*III****.*** *Діти сідають на гімнастичні лави «чайки», «пливуть» в повільному темпі додому.*