**ТРЕНИРОВОЧНОЕ ЗАНЯТИЕ № 9**

**10 лет Группа НП-3**

Дата: «15» сентября 2023 г. Место: Стадион «Урожай» улица поле. Время: 15:00 – 16:30. Количество игроков:14

Тренер: Уютнов П.В.

**ЭТАП** «МЯЧ+ВОРОТА+ СОПЕРНИК»

**БЛОК** №1 «Ведение и финты» Занятие № 9, первое повторение блока.

**Главная задача (техническая подготовка):** обучение технике ведения мяча и финтам в различных игровых условиях.

**Инвентарь:** малые ворота, конусы, фишки, жилетки

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Часть ТЗ/ время** | **Содержание/время/количество повторов** | **Схема упражнения** | **Методические указания** |
| **Подготовительная**  **10 - 15 мин.** | Построение и объяснение задач на тренировочное занятие.  Подвижная игра «Сорви хвостик».  Салочки с перескоком.  Салочки «выручи осаленного партнера» |  |  |
| **Основная**  **45 мин.** | Работа с мячом в шаге. Обучение ведению различными способами. |  | Движение с мячами по площадке. Работа с мячом в шаге. Развороты после ведения мяча. |
| Эстафета с различными вариантами бега  Ведение мяча между конусами.  Обучение финтам. |  | Не более 4 чел. В колонне. Эстафета с мячом  Добиться синхронности  Разнообразные варианты. |
| Футбол 3х3. |  | Гол забитый через обыгрыш с финтом считать за два. |
| **Заключительная**  **5 мин.** | Подведение итогов. Заминка. |  |  |