

## **Консультация для родителей: «ФУТБОЛ – ДЛЯ СМЕЛЬЧАКОВ»**

**Подготовила:  
инструктор по физической культуре  
Усачева Ирина Ивановна**

Сегодня речь пойдет об одном из самых любимых видов спорта – о футболе.

### **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 ноги 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.

**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

Надеемся, что эта замечательная игра, доставит вам и вашему малышу массу положительных эмоций.

