

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 399»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА**

**443125, г. САМАРА, ул. НОВО-САДОВАЯ, 365 А
тел.: (846) 952-45-66 факс: (846) 952-94-63 e-mail: mdou399@yandex.ru**

ПРИНЯТА:
на Педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад № 399» г.о. Самара
протокол № 4 от «29» мая 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 399» г.о. Самара
_____ Э.Т. Абсаттарова

Приказ № 27-од от «29» мая 2023г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Футбол для дошкольников»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 4-7 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель:
Ипполитов Д. С.,
педагог дополнительного образования

Самара, 2023 г.

Оглавление

Пояснительная записка.....	3
Учебно-тематический план	8
Содержание	11
Методическое обеспечение.....	21
Список литературы.....	24
Приложение 1. Календарный учебный график.....	25
Приложение 2. Картотека подвижных игр и упражнения	26

Пояснительная записка

Футбол - это коллективная игра, которая создает благоприятные условия для воспитания положительных нравственно - волевых качеств ребенка. Задача обучения игре в футбол детей старшего дошкольного возраста в том, чтобы, учитывая индивидуальные возрастные особенности ребенка, целенаправленно развивать и совершенствовать качества и способности в ходе выполнения заданий, требующих посильных физических и психических усилий. Отличительная особенность обучения игре в футбол в дошкольном учреждении – это ее эмоциональная направленность. Ведь положительный эмоциональный тонус является важнейшей предпосылкой здоровья, предупреждает развитие различных заболеваний, а также поддерживает интерес к физической культуре. В основу методики обучения игре в футбол, равно как и другим спортивным играм, положена игровая форма проведения непосредственно-образовательной деятельности. В содержании непосредственно-образовательной деятельности эффективно сочетаются игровые упражнения и эстафеты, подвижные игры и спортивные упражнения.

Актуальность программы состоит в том, что приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы, честность, те развивает качества, так необходимые ребёнку во взрослой жизни.

Нормативно-правовое обеспечение программы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»)

Новизна данной программы состоит в организационном аспекте игры в футбол. Данная программа построена на современных образовательных технологиях, которые отражены в:

- принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, результативности);
- формах и методах обучения (активных методах обучения, дифференцированного обучения, занятиях, соревнованиях и т.д.);
- методах контроля и управления образовательным процессом (анализе результатов деятельности детей);
- средствах обучения (перечне необходимого оборудования, инструментов и материалов в расчёте на объединение обучающихся).

Цель: Развивать двигательную активность, как источник здоровья детей через спортивную игру футбол.

Задачи:

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта через многообразные действия с мячом;
- освоение знаний о футболе, его истории, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение правильной технике выполнения элементов спортивной игры
- футбол (удар, передача, ведение).

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма дошкольников;
- развитие выносливости, скоростных и скоростно - силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание морально - волевых качеств;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Адресат программы: Дети в возрасте от 4 до 7 лет. Занятия могут посещать как мальчики, так и девочки.

Возрастные особенности детей

На четвертом и пятом году жизни возможности ребенка в бросании и ловле предметов повышаются в связи с увеличением физической силы, развитием координации движений и глазомера. Дети приучаются отталкивать мяч симметрично обеими руками, придавая ему нужное направление движения. Важно научить ребенка регулировать силу отталкивания: отталкивать мяч не только сильно, но и слабо, не отпуская его далеко от рук. Следует учить детей правильно бросать и ловить мяч, бросать мяч из-за головы двумя руками. На шестом году жизни ребенка навыки катания мячей получают дальнейшее развитие. Разнообразнее и сложнее становятся упражнения в бросании и ловле мяча. Дети должны иметь разносторонние навыки владения мячом. Они должны уметь его ловко принимать, непринужденно держать, быстро и точно передавать в разных направлениях. Детей учат вести мяч правой и левой руками.

На шестом году жизни задания для детей активно стимулируют проявление разных физических качеств: ловкости, точности, быстроты, чувства ритма, силы, выносливости.

У детей седьмого года жизни совершенствуются и закрепляются навыки в бросании и ловли. Значительно улучшается владение мячом. В результате упражнений движения ребенка становятся координированными, он овладевает умением управлять мячом,

мягко отталкивая его кистью. Игры, игровые упражнения и задания с мячом развивают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, решительности, смелости. Дети учатся управлять своими движениями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях, участвующих в реализации программы. Группы для занятий формируются с учетом возрастных особенностей, физического развития детей.

Планируемые результаты

Дети 3-5 лет:

Теоретические знания о бережном отношении к своему организму, узнают правила профилактики и охраны здоровья, в том числе заболеваний опорно-двигательного аппарата; правила здорового образа жизни полезными (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физкультурой и спортом) и вредными для здоровья привычками; техники безопасности и самоконтроля при занятиях физическими упражнениями;

Практические навыки.

В двигательной деятельности проявлять хорошую координацию, быстроту, ловкость, гибкость. Активно выполнять основные элементы техники: основные виды движений: ходьбу, бег, бросание, лазание, метание, ползание; общеразвивающие упражнения; подвижные игры: с бегом, прыжками, лазанием, бросанием и ловлей, на ориентировку в пространстве и внимание на закрепление навыков основных движений у детей; спортивные игры: игра по упрощенным правилам в футбол.

Дети 5-7 лет:

Теоретические знания.

правила здорового образа жизни, способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, новые способы построений и перестроений, новые варианты упражнений с мячами разного размера, требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания, новые подвижные игры и их правила, правила безопасной индивидуальной и совместной деятельности на занятии.

Практические навыки.

В двигательной деятельности проявлять хорошую координацию, быстроту, ловкость, гибкость. Уверенно и активно выполнять основные элементы техники: основные виды движений: ходьбу, бег, катание, лазание, метание, ползание; общеразвивающие упражнения; подвижные игры: с бегом, прыжками, лазанием,

бросанием и ловлей, на ориентировку в пространстве и внимание на закрепление навыков основных движений у детей. спортивные игры: игра по упрощенным правилам в футбол.

Оценка индивидуального развития детей производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Система тестов представляет собой мероприятия по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния здоровья и физического развития детей на достаточно продолжительном отрезке времени. Как непрерывный процесс наблюдения за детьми, мониторинг позволяет фиксировать различные показатели физической подготовленности в определённые моменты, своевременно оценивать характер их изменений, осуществлять прогноз и предупреждать нежелательные тенденции в физическом развитии.

Мониторинг физического развития детей

ФИО ребенка, возраст			
№	Физические качества	НГ	КГ
Скоростные			
1.	Бег на 10 м.		
2.	Бег на 30м.		
Координационные			
4.	Челночный бег 3х10м.		
Скоростно-силовые способности			
5.	Прыжок в длину с места		
Сила			
6.	Бросок набивного мяча из-за головы стоя		
Умение владеть мячом.			
1.	Удар по неподвижному мячу правой и левой ногой.		
2.	Ведение мяча по прямой		
3.	Ведение мяча змейкой и с изменением направлением.		
4.	Удар по воротам.		
5.	Передача мяча ногой друг- другу.		
6.	Участие в игре футбол с соблюдением правил игры.		
	Уровень:		

Бег 10 метров (сек):

Высокий - 2,1 сек. Средний - 2,3 сек. Низкий - 2,5 более сек.

Бег 30 метров (сек):

Высокий - 6,3 сек. Средний - 6,5сек. Низкий - 7,0 и более сек.

Челночный бег 3х10м

Высокий - 7,4 сек. Средний - 7,6 сек. Низкий - 8,0 и более сек

Прыжок в длину с места:

Высокий - 140 см. Средний - 120 см. Низкий - 100 и ниже.

Бросок набивного мяча из-за головы стоя:

Высокий - 300 см. Средний - 260 см. Низкий - 175 и меньше см

Удар по неподвижному мячу:

Высокий - из 5 ударов 5 попаданий. Средний - из 5 ударов 3 попадания.

Низкий - из 5 ударов 2 и менее попаданий

Ведение мяча по прямой, змейкой, и с изменением направления:

Высокий - ведёт мяч не теряя его.

Средний – ведёт мяч с минимальными потерями мяча.

Низкий - ведёт мяч с частыми потерями.

Удар по воротам:

Высокий - из 5 ударов 5 попаданий.

Средний - из 5 ударов 3 попадания.

Низкий - из 5 попаданий 2 и менее попаданий.

Передача мяча друг-другу:

Высокий - из 5 передач 5 правильных по направлению партнёра.

Средний – из 5 передач 3 правильных.

Низкий - из 5 передач 2 и менее правильных.

Результатом реализации программы должна стать сформированная готовность ребёнка овладением навыками игры в футбол, двигательными умениями и навыками, развитием двигательных и психических способностей.

Учебный план

№	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	1 группа (3-5 лет)	64	10	54
2.	2 группа (5-6 лет)	64	9	55
3.	3 группа (6-7 лет)	64	5,5	58,5

Учебно - тематический план**1 группа (3-5 лет)**

№	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Теория	Практика	Всего	
Раздел 1. Этап начального обучения					

1.1.	Знакомство с футболом	2	4	6	Игра в парах
1.2.	Безопасный футбол	2	4	6	Игра в парах
1.3.	Спорт – это важно	2	4	6	Наблюдение
Раздел 2. Этап углубленного разучивания упражнений					
2.1.	2.1. Включение в подвижную игру «Футбол»	2	4	6	Наблюдение
2.2.	Отбор мяча		8	8	Демонстрация
2.3.	Специальная физическая подготовка		8	8	Выполнение ряда упражнений
Раздел 3. Этап закрепления и совершенствования					
3.1.	Отработка техники работы с мячом		8	8	Выполнение ряда упражнений
3.2.	Работа в паре, совершенствование удара		8	8	Наблюдение
3.3.	Заключительные занятия, демонстрация достижений.	2	6	8	Внутреннее контрольное занятие
	Итого	10	54	64	

2 группа (5-6 лет)

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Знакомство игрой футбол	2	1	1	Беседа /опрос Наблюдение
2	Учимся играть в футбол	3	1	2	
3	Ведение мяча	3	1	2	
4	Ведение мяча Передача мяча, Остановкамяча.	2		2	
5	Удар по мячу	3	1	2	
6	Удар по мячу, передача мяча в движении друг другу.	4	2	2	
7	Ведение мяча.	2		2	
8	Ведение мяча с изменением направления, игра в «стенку»	3		3	
9	Ведение мяча с изменением направления, скоростное ведение	3		3	
10	Ведение с изменением направления, передача мяча	2	1	1	
11	Передача мяча, ведение	6	1	5	
12	Техника передвижения	2		2	
13	Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча	4		4	
14	Ведение с последующим ударом поворотам	4		4	
15	Челночный бег	2		2	
16	Передача, развитие равновесия	2		2	
17	Прыжки из стороны в сторону, подъем мяча	2		2	
18	Передача мяча в тройках, прыжки	2		2	
19	Ведение с ударом	2		2	
20	Ведение с дальнейшей передачей мяча партнеру	2		2	

21	Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу	2		2	
22	Техника передвижения, передача мяча	4		4	
23	Игра	2	1	1	
24	Итоговое «Волшебные мячи»	1		2	
	Итого	64	9	55	

3 группа (6-7 лет)

№	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Простейшие правила игры	2	1	1	Беседа /опрос Наблюдение
2	Как избежать травматизма?	2	1	1	
3	Ведение мяча	3	1	2	
4	Школа мяча	4		4	
5	Школа мяча, скоростное ведение по прямой	4		4	
6	Школа мяча. Ведение с остановкой и изменением	4		4	
7	Школа мяча , скоростное ведение с изменением направления	4		4	
8	Техника передвижения, скоростное ведение	2	0,5	1,5	
9	Ведение мяча, удары по неподвижному мячу	3		3	
10	Техника передвижения, передача мяча	2		2	
11	Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу	2		2	
12	Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу	2		2	
13	Ведение мяча восьмеркой, передачи мяча	2		2	
14	Игра в футбол по заданию	2		2	
15	Школа мяча	2		2	
16	Школа мяча, ведение с обманными движениями	2		2	
17	Школа мяча	2		2	
18	Передача мяча в парах, открывание	2	0,5	1,5	
19	Передача мяча в движении, открывание	2		2	
20	Ведение мяча	4		4	
21	Передача мяча в тройках, развитие равновесия	2		2	
22	Элементы игры в футбол	4	0,5	3,5	
23	Развитие координации, техника владения мячом	2		2	
24	Игра	4	1	3	
	Итого	64	5,5	58,5	

Содержание

1 группа (3-5 лет)

1.1. Знакомство с футболом

Теория: Дать детям представление об истории возникновения футбольного мяча.

Практика:

Рекомендуемые упражнения:

- различные виды бега (змейкой, со сменой ведущего, с препятствиями, обегая предметы, с прыжком в высоту);
- упражнения на координацию движения (касание носком центра мяча, лежащего неподвижно);
- перебрасывание мяча друг другу разными способами. Игры с мячом: «Клоун с мячом», «У кого меньше мячей», «10 передач», «Горячая картошка».

1.2. Безопасный футбол

Теория: Ознакомление с правилами безопасной работы в спортивном зале и на спортивной площадке.

Практика: Рекомендуемые упражнения:

- различные виды ходьбы (с разным положением рук, на пятках, с высоким подниманием колен, широким шагом, приставным шагом);
- упражнения для развития общей выносливости, ловкости, быстроты (бег змейкой, челночный бег, ускорение по сигналу из различных исходных положений);
- подбрасывание и ловля мяча двумя руками, стоя на месте и с продвижением вперед.

Игры с мячом: «Передай мяч», «Охотники и зайцы», «К своим флажкам», «Вертись мячик»

1.2. Спорт – это важно

Теория: Спорт и здоровье. Соблюдение личной гигиены детей.

Практика: *Общая физическая подготовка (ОФП).* Рекомендуемые упражнения:

- перестроение в колонну по двое, трое, расчет на «первый – второй» и перестроение из одной шеренги в две, равнение в колонне, размыкание и смыкание приставным шагом;
- ходьба в разных направлениях, в колонне по одному, по двое, трое, приставным шагом;
- бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, в разных направлениях, с различными заданиями;
- прыжки на месте, через набивные мячи, влево, вправо;
- пролезание в обруч разными способами (под дугу, гимнастическую скамейку);
- лазанье по гимнастической лестнице с изменением темпа, с пролете на пролет;

- общеразвивающие упражнения для развития укрепления мышц плечевого пояса, спины, брюшного пресса и ног;

- статические упражнения.

Техническая подготовка: Рекомендуемые упражнения:

- подбрасывания и ловли мяча двумя руками с продвижением вперед, бросание из - за головы;

- перебрасывание мяча руками друг другу, стоя в паре (тройке) на расстоянии 2м (вратарская техника);

- касания носком центра мяча, лежащего неподвижно;

- имитационные удары по мячу внутренней стороной стопы;

- выполнение удара по неподвижному мячу правой и левой ногой в стену с расстояния от 2 м разными способами (внутренней стороной стопы, носком);

Подвижные игры: «Быстро возьми, быстро положи», «Ловишки с мячом», «Догони свою пару»,

«Совушка», « Перелет птиц», «Волк во рву», «Чье звено быстрее»; *Эстафеты:* «Дорожка препятствий», «Пингвины».

Раздел 2 Этап углубленного разучивания упражнений – декабрь – февраль

2.1. Включение в подвижную игру «Футбол»

Теория: Элементарные правила игры в футбол. Инвентарь и оборудование.

Практика: *ОФП (общая физическая подготовка)* Рекомендуемые упражнения:

- разновидности ходьбы (на носках, пятках, с перекатом с пятки на носок, в полуприсяде, приставным шагом);

- бег в различных направлениях, с изменением ширины шага, скорости, с остановкой на сигнал, змейкой, боком, семенящим шагом;

- упражнения на координационной лесенке (прыжки на двух ногах, на одной ноге, ноги вместе - врозь);

- общеразвивающие упражнения с предметами и без;

- броски мяча друг другу двумя руками, разными способами;

- подбрасывание мяча вверх и ловля его стоя на месте, с поворотом кругом.

Техническая подготовка; Рекомендуемые упражнения:

- передача мяча внутренней стороной стопы от водящего игрокам, стоящим по кругу, в шеренге;

- прокатывание мяча на месте правой и левой ногой;

- ведение мяча по прямой между ориентирами;

- остановка катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы;

- ведение мяча в произвольном направлении на ограниченной площади.

Игровые упражнения: «Чей мяч дальше», «Не выпускай мяч из круга», «Передал - садись».

Подвижные игры: «Салки», «К своим флажкам», «Уголек»

Эстафеты: «Проведи мяч», «Мяч о стену»

2.2. Отбор мяча

Практика: Комплексы общеразвивающих упражнений с предметом и без, упражнения парами. Выполнение отбора мяча у соперника и вратарской технике.

Рекомендуемые упражнения:

Игровые упражнения «Ну-ка отними!», «Горячий мяч»;

- ловля мяча, стоя в паре (тройке) на расстоянии 2-3 м;
- бег с прыжком в высоту;
- ловля мяча через сетку, натянутую выше ребенка на 20 см;
- прием катящегося мяча (отбивать ладонями, с широко расставленными пальцами);
- броски и ловля мяча разными способами;
- ведение мяча известными способами с уходом в сторону от соперника.

2.3. Специальная физическая подготовка

Практика: Вбрасывание мяча и выполнение финтов. Рекомендуемые упражнения:

- ходьба скрестным шагом, по диагонали, высоко поднимая колени и ударяя по ним мячом;
- различные виды бега и прыжков на координационной лестнице;
- ускорение по сигналу из различных исходных положений (стоя лицом, из приседа, седа);
- броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы, снизу, подбрасывание мяча вверх

и ловля его; то же с поворотом кругом.

Техническая подготовка:

- ведение мяча внутренней стороной стопы: правой и левой ногой и поочередно;
- удары мяча правой и левой ногой по неподвижному и катящемуся мячу, о стену;
- остановка мяча подошвой ноги после передачи партнера;
- вбрасывание мяча из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, одной рукой от правого и левого плеча;
- обманные движения (финты), уход в сторону от соперника.

Эстафеты: «Кто быстрее», «Пингвины», «А - ну отними!», «Во встречных колоннах», «По коридору».

Раздел 3. Этап закрепления и совершенствования

3.1. Отработка техники работы с мячом

Практика: Совершенствовать технику работы с мячом. Вратарская техника.

Рекомендуемые

упражнения:

- ведение мяча известными детям способами;
- остановка мяча подошвой ноги;
- удары по мячу с места, с разбега, о стену по неподвижному мячу;
- передача мяча любыми способами;
- прием катящегося мяча, ловля низколетающего мяча;

Эстафеты: «Пингвины», «Полоса препятствий», «Футбольный слалом», «По прямой»

Подвижные игры: «Ловишки», «Пятнашки», «Заморожу», «Подвижная цель» *Игровые*

задания: «Кто быстрее», «Горячая картошка», «Дотронься до колокольчика». «Прыжок - шутка».

3.2. Работа в паре, совершенствование удара

Практика: Отбор мяча, выполняя действия в паре. Изучение прав и обязанностей игроков.

Игра в футбол по упрощенным правилам (по 3 игрока).

Рекомендуемые упражнения:

- различные виды бега (змейкой, с изменением темпа, со сменой направляющего, с препятствиями);
- различные виды прыжков, подскоки;
- передача мяча от игрока к игроку;
- удар мяча по предмету с места, разбега с расстояния 3м-3,5м.;
- остановка мяча во время передачи друг другу;
- ловля и броски мяча руками;
- отбивание мяча в движении;
- ведение мяча по прямой, между стойками;
- обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот;
- вбрасывание мяча руками из- за боковой линии с места из положения ноги вместе.

Подвижные игры: «Быстро возьми, быстро положи», «У кого меньше мячей», «Не оставайся на земле», « Сделай фигуру», «Передачи мяча по кругу через центр», «Мы веселые ребята», «Совушка», «Коршун и наседка», «Волк во рву», «Кого назвали, тот ловит мяч»,
Перелет птиц»;

Эстафеты: «Прокати под веревкой», «Бревнышко», «Пингвины», «Попади в цель», «Кто быстрее», «Чья команда забросит больше мячей»;

Игра в футбол по упрощенным правилам (в командах по 3 игрока, по 2 мин. каждая игра).

3.3. Заключительные занятия, демонстрация достижений.

Теория: Игра в футбол по упрощенным правилам.

Практика: Проведение соревнований по ОФП и футболу между группами детей старшего дошкольного возраста, праздников, развлечений.

Участие в районных фестивалях и спортивных играх в рамках проекта по направлению «Футбол с детства».

2 группа (5-6 лет)

Тема 1 Знакомство с игрой в футбол

Теория: Беседа на тему «Футбол – одна из самых популярных любимых игр в мире»,

Практика: ведение мяча по прямой (змейкой), удары по воротам, игра в футбол.

Тема 2. Учимся играть в футбол

Теория: Беседа: учимся играть в футбол (о технике игры в футбол) Знакомство с техникой владения мяча (перемещение, ведение, удар, остановка, отбор).

Практика: Пробная игра в футбол.

Тема 3. Ведение мяча

Теория: Основные термины футбола.

Практика: Ведение мяча по прямой и с изменением направления движения.

Тема 4. Ведение мяча. Передача мяча, Остановка мяча.

Практика: Ведение мяча по прямой, змейкой, и с изменением направления движения (шагом и с ускорением). Передача мяча парами внутренней стороной стопы друг другу. Остановка мяча подошвой после передачи партнёра.

Тема 5. Удар по мячу

Теория: Беседа о правилах игры в футбол

Практика: Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу. Передача мяча друг другу

Тема 6. Удар по мячу, передача мяча в движении друг другу.

Практика: Удар по мячу внутренней стороной стопы в движении друг другу.

Тема 7. Ведение мяча.

Практика: Ведение мяча правой и левой ногой в движении, с изменением направления.

Тема 8. Ведение мяча с изменением направления, игра в «стенку»

Практика: Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами на скорость. Игр. упр. «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. Подвижная игра.

Тема 9. Ведение мяча с изменением направления, скоростное ведение

Практика: Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. «Вокруг Света» - удар мяча о стену и обратно. Ведение мяча в прямом направлении на скорость. Игр. упр. «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно.

Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 10. Ведение с изменением направления, передача мяча

Теория: Повторение основных правил игры в футбол.

Практика: Удары по воротам. Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Игровое упражнение «Вокруг света» «Не выпускать мяч из круга». Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 11. Техника владения мячом

Теория: Повторение основных терминов в футболе.

Практика: Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр. упр. «Футбол вдвоем», «Ловкие ребята». Подвижная игра. Игра в футбол.

Практика: Техника владения мячом (перекаты мяча в движении). Передача мяча друг другу, стоя на месте. Игр. упр. «Светофор» (во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста), «Три мяча». Подвижная игра. Игра в футбол.

Практика: Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). Метание набивного мяча от груди двумя руками. Игр. упр. «Серпантин», «Передал - садись» - броски и ловля мяча. Подвижная игра.

Тема 12. Техника передвижения

Практика: Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад) Игр. упр. «Найди свой цвет», «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч. Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 13. Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча

Практика: Ведение мяча вокруг себя правой, левой ногой. Подъем мяча. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног. «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. Подвижная игра.

Тема 14. Ведение с последующим ударом по воротам

Практика: Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Ведение мяча правой, левой ногой и вокруг себя. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча. Подвижная игра. Игра в футбол.

Практика: Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Удар мяча в цель. Игр. упр. «Найди свой цвет», «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка), «Попади в ворота» - удар мяча в ворота разными способами, с разных точек. Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 15. Челночный бег

Практика: Челночный бег. Ведение мяча - челнок. Игр. упр. «Вышло солнце из-за реки», «По кочкам» (прыжки), «Дойди – не урони» - ведение мяча в средней и высокой стойке до черты. Подвижная игра.

Тема 16. Передача, развитие равновесия.

Практика: Передача мяча. Подскоки с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр. упр. «Колобок». Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 17. Прыжки из стороны в сторону, подъем мяча

Практика: Прыжки на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева. Перебрасывание мяча друг другу через шнур. Игр. упр. «Головой удерживая мяч». Подвижная игра.

Тема 18. Передача мяча в тройках, прыжки

Практика: Передача мяча в тройках. Закреплять умение прыгать на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева. Игр. упр. «Головой удерживая мяч». Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 19. Ведение с ударом

Практика: Ведение с ударом по воротам. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 20. Ведение с дальнейшей передачей мяча партнеру

Практика: Ведение и передача. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 21. Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу

Практика: Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Удары по воротам. Игр. упр. «Вокруг света» - ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях, «Не выпускать мяч из круга», «Забей в ворота». Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 22. Техника передвижения, передача мяча

Практика: Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Бросок мяча двумя руками от груди в стену и ловля его партнером, стоящим сзади. Ведение мяча по прямой. Игр. упр.: «Не задень предмет», «Быстро за мячом». Подвижная игра. Игра в футбол

Практика: Бег по прямой и спиной вперед. Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр. упр. «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед, «Футбол вдвоем» - игра в парах: приемы мяча – игровая задача – не потерять мяч, ведение мяча с передачи. Подвижная игра.

Тема 23. Игра

Теория: Правила игры в футбол. Футбольные термины.

Практика: Игра по упрощенным правилам 3х3.

Тема 24. Итоговое «Волшебные мячи»

Практика: Игр. упр.: «Вышло солнце из-за речки» - бег врассыпную, быстро построиться возле своего обруча. «Попади в корзину» - бросок мяча в корзину разными способами, с разных точек. Подвижная игра.

3 группа (6-7 лет)

Тема 1. Простейшие правила игры

Теория: Беседа: правила игры. Вспомнить основные элементы техники игры.

Практика: Игра в футбол.

Тема 2. Как избежать травматизма?

Теория: Беседа: как избежать травматизма. Ведение мяча по прямой, змейкой. Удары в цель.

Практика: Игра в футбол.

Тема 3. Ведение мяча

Теория: Футбольные термины.

Практика: Игр. упр.: «Подскок», «Толкни – поймай». Подвижная игра. Игра в футбол. Ведение мяча по прямой, змейкой в быстром темпе.

Тема 4. Школа мяча

Практика: Перебрасывание мяча друг другу стоя способ из-за головы. Метание малого мяча в вертикальную цель, в броске мяча вверх и ловле его двумя руками.

Игр. упр. «Головой удерживая мяч», «Подскок», «Мяч в обруч». Подвижная игра.

Игра в футбол.

Практика: Бросание мяча друг другу вперед-вверх от головы двумя руками в приседе. Отбивание мяча об стенку с хлопком. Игр. упр.: «Отбивалки». Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 5. Школа мяча, скоростное ведение по прямой

Практика: Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола.

Бросок мяча двумя руками от груди в стену и ловля его партнером, стоящим сзади.

Ведение мяча по прямой. Игр. упр.: «Не задень предмет», «Быстро за мячом».

Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 6. Школа мяча. Ведение с остановкой и изменением скорости

Практика: Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях, спиной друг к другу. Ведение мяча с остановкой и изменением скорости. Игр. упр.: «Переноска мячей». Подвижная игра

Тема 7. Школа мяча , скоростное ведение с изменением направления

Практика: Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом. Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Ведение с изменением направления

Игр. упр.: «Передал-садись». Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 8. Техника передвижения, скоростное ведение

Теория: Футбол, как один из популярных видов спорта. Бег через набивные мячи.

Практика: Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Ведение мяча с изменением направления. Игр. упр. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой, «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 9. Ведение мяча, удары по неподвижному мячу

Практика: Ведение мяча между ориентирами. Удары по неподвижному мячу.

Игр. упр. «Подвижная цель» - дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в водящего, «Чей мяч дальше?». Подвижная игра.

Тема 10. Техника передвижения, передача мяча

Практика: Бег по прямой и спиной вперед. Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр. упр. «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед, «Футбол вдвоем» - игра в парах: приемы мяча – игровая задача – не потерять мяч, ведение мяча с передачи. Подвижная игра

Тема 11. Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу

Практика: Передача мяча друг другу в движении. Удары по воротам; удар мяча о стену и обратно. Игр. упр. «Точный удар», «Кто больше отобьет». Подвижная игра. Игра в футбол

Тема 12. Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу

Практика: Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Удары по воротам. Игр. упр. «Вокруг света» - ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. «Не выпускать мяч из круга», «Забей в ворота». Подвижная игра. Игра в футбол

Тема 13. Ведение мяча восьмеркой, передачи мяча

Практика: Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Ведение мяча парами. Передача мяча ногой по кругу. Игр. упр. «Ведение мяча парами», «Забей в ворота». Подвижная игра. Игра в футбол

Тема 14. Игра в футбол по заданию.

Практика: Игр. упр. «С двумя мячами», «Борьба за мяч». Игра в футбол

Тема 15. Школа мяча

Практика: Перебрасывание мяча из одной руки в другую. Отбивание мяча на месте. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками. Прокатывание мяча вперед головой.

Игр. упр. «Передал - садись» - броски и ловля мяча, «Светофор» - во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста. Подвижная игра.

Тема 16. Школа мяча, ведение с обманными движениями

Практика: Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. Ведение мяча с обманными движениями. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног,

«Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе.

Подвижная игра.

Тема 17. Школа мяча

Практика: Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча обеими руками. Бросание мяча и ловля его двумя руками. **Игр. упр.** «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, «Туннель» - прокатывание

мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч. **Подвижная игра.**

Игра в футбол

Тема 18. Передача мяча в парах, открывание

Теория: Повтор футбольных терминов.

Практика: Передача мяча друг другу в быстром темпе. Открывание. Игр. упр. «Лови, бросай – падать не давай», «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Меткий стрелок». Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 19. Передача мяча в движении, открывание

Практика: Передача мяча в движении. Ведение мяча. Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами (открывание). Подвижная игра. Игра в футбол.

Тема 20. Ведение мяча

Практика: Ведение с последующим ударом в цель, с разных участков поля. Игра в футбол

Практика: Игр. упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол.

Тема 21. Передача мяча в тройках, развитие равновесия

Практика: Передача мяча в тройках. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр. упр. «Кто быстрее?». Подвижная игра.

Тема 22. Элементы игры в футбол

Теория: Беседа: как достичь положительного результата?

Практика: Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от. Игра в зайчика 3х1.

Подвижная игра. Игра в футбол

Практика: Игра по упрощенным правилам 3 на 3

Тема 23. Развитие координации, техника владения мячом

Практика: Бег по координационной лестнице. Футбольное путешествие. Подвижная игра.

Тема 24. Игра

Теория: Спорт-это здоровье. Футбольные термины.

Практика: Игра по упрощенным правилам 1 на 1, 4 на 4

Методическое обеспечение

Методы обучения

Для решения поставленных задач используются следующие методы:

словесные - объяснения упражнений, указания, похвала, команда, рассказ, беседа, творческие задания в процессе тренировки и соревнований;

наглядные – демонстрация, показ, участие инструктора по физической культуре в играх и упражнениях, звуковые и зрительные ориентиры;

практические - упражнения (конкретные задания, игровые приемы, поддержка и помощь); применение исходных положений, быстрая смена различных положений (сесть, лечь, встать); изменение скорости и темпа движений; смена способов выполнения упражнений.

Основное внимание уделяется разносторонней физической подготовке с использованием средств ОФП, освоению базовых элементов футбола. Задания выполняются при различных формах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуально. Необходимо обеспечить осознанное освоение детьми упражнений и не ограничивать их в творчестве. Эмоции, возникающие при выполнении упражнений, активизируют многие функции организма.

Каждый ребенок выполняет задания вместе с другими детьми, реализуя при этом свои возможности. Показ применяется, когда дети знакомятся с новыми движениями, которые демонстрируются несколько раз. Зрительные ориентиры помогают детям уточнить направления движения. Звуковые ориентиры применяются для освоения ритма и регулирования

темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия. Индивидуальная помощь используется при подводящих упражнениях, создания уверенности, успеха.

Эффективность обучения элементам футбола будет достигнута при выполнении следующих методических рекомендаций:

1. При обучении детей делать акцент на обучение посредством игры и строить процесс на основе адаптированных для возможностей ребенка

упражнений и игр.

2. Мяч должен быть крупным, с покрышкой, изготовлен из кожи или другого пригодного для этих целей материала. Окружность мяча 68-71 см. Если есть возможность дать мяч каждому ребенку, то это значительно повысит эмоциональность занятий и будет способствовать более быстрому освоению предметов.
3. Упражнения дети выполняют как правой, так и левой ногой.
4. При обучении сложным действиям используются подводящие упражнения, которые помогают сформировать предварительные двигательные представления, необходимые для освоения изучаемого сложного действия.
5. Обучение технике проводится постепенно путем усложнения условий выполнения движений.
6. Футбольные элементы совершенствуются в игровых упражнениях эстафетах, подвижных играх и самой игре в футбол. Применение разнообразных игровых действий позволит:
 - расширить и обогатить запас двигательных умений и навыков;
 - повысить уровень развития физических качеств и уровень физической подготовленности;
 - успешно решать задачи начального обучения;
 - обеспечить вариативность действий игроков;
 - закреплять и совершенствовать элементы спортивной игры.
7. Используется упрощенный вариант игры в футбол (с меньшим числом игроков, на площадке меньших размеров).

Дети должны знать элементарные правила игры в футбол:

- перед началом игры проводится жеребьевка для выбора сторон или начального удара. Мяч ставится на землю в центре поля;
- игроки команды стремятся забить как можно больше голов в ворота соперника, а после потери мяча защищать свои, соблюдая при этом правила игры;
- футбол - игра двух команд, и в каждой команде - до 5-7 игроков, один из которых капитан;
- соблюдение правил игры, и продолжительность матча контролирует судья;
- мяч считается забитым в ворота, если он полностью прошел линию ворот, а также во время игры были соблюдены все правила;

- в футболе все действия с мячом игроки выполняют ногами;
- правом брать мяч в руки обладают вратарь и игрок, выполняющий вбрасывание;
- футбол - игра коллективная, и игроки относятся друг к другу с уважением, несмотря на дух соперничества и желание победить.

Список литературы:

1. Голомазов С.В «Футбол: теоритические основы тренировки ловли и отражения мяча вратарями» -М.: ТВТ Дивизион,2006г.
2. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»
3. Крисфилд Д. В. Футбол / Д. В. Крисфилд. - М.: АСТ; Астрель, 2006. –296 с
4. Мини-фубол (футзал): Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. Еременко. - М.: Советский спорт, 2010. - 96 9) Андреев СЛ. Футбол. - М.: ФиС, 2008. - 111 с.
5. Андреев СЛ. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2009. - 144 с.
6. Максимейко И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. - Луганск: Знание, 2000. - 276 с.
7. Филин В.П., Фомин И.А. Основы юношеского спорта. - М.: ФиС, 2007. -255 с.
8. Юный футболист: Учеб, пособие для тренеров / Под общей ред. А.П. Лаптева и А.А. Сучилина. - М.: ФиС, 1983. - 254 с.
9. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Футбол–игра для всех – М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.
10. Тюленьков С.Ю., Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки. - М.: Терра-Спорт,2000. - 86 стр. (Библиотечка тренера)
11. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнение в детском саду: книга Для воспитателя дет, сада-М.: Просвещение,2002г.
12. Николаева Н.И. «Школа мяча» -издательство «Детство-пресс»,2012г.

Календарный учебный график

Содержание	Возрастные группы		
	3-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Количество возрастных групп в каждой параллели	1	1	1
Начало учебного года	01.10.2023 г.		
Окончание учебного года	31.05.2024 г.		
Продолжительность учебной недели	5 дней		
Продолжительность учебного года в неделях	32 недели		
Недельная образовательная нагрузка	2 занятия	2 занятия	2 занятия
Объем недельной образовательной нагрузки в мин.	20 мин	25 мин.	30 мин.
Минимальный перерыв между НОД	10 мин.		
Работа учреждения в летний оздоровительный период	01.06.2024-31.08.2024 г.		
Праздничные (выходные) дни	В соответствии с производственным календарём на учебный год		

Картотека подвижных игр и упражнений с элементами спортивной игры «Футбол»

Занятия спортивными играми и упражнениями направлены, прежде всего, на укрепление здоровья, улучшение общей физической подготовленности детей, удовлетворение их биологической потребности в движениях.

Занятия футболом способствует развитию ловкости, быстроты, координации движений, двигательной реакции, ориентации в пространстве. Игры с мячом развивают соответствующие навыки поведения в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, решительности, смелости.

Подвижная цель

Цель: Передача мяч друг другу носком ноги или внешней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой ноги

Правила игры: Передать мяч ногами друг другу так, чтобы не смог поймать водящий.

Варианты:

1. Все дети встают в круг, один (два) водящих – в центре. Дети передают друг другу мяч ногами. Водящий старается поймать (остановить) мяч, ногами у игроков. От кого пойман (остановлен) мяч, тот становится водящим.

2. Все дети делятся на несколько групп, каждая группа становится в круг, водящий – в центре. Дети передают друг другу мяч ногой, стараясь попасть в водящего. Попавший становится водящим, а ребенок, бывший водящим, встает в круг. Мячом можно ударять только в ноги водящего.

Ведение мяча парами

Цель: Ведение мяча по прямой (10 м) попеременно то правой, то левой ногой.

Игровые правила: Игрокам предлагается вести мяч по прямой с изменением направления искоростью бега.

Варианты:

1. Дети делятся по двое. У одного из них – мяч. Он ведет мяч ногой по прямой, а другой бежит рядом, без мяча меняя темп бега. Ведущий мяч должен не отставать от партнера. Через несколько минут дети меняются ролями.

2. Ведение мяча по извилистой линии между предмета

3. По коридору (шириной 2 метра и длиной 10 метров), постепенно уменьшая его ширину.

Гонка мячей

Цель: Произвольное ведение мяча любым способом. Остановка мяча.

Правила игры: Дети водят ногами мяч, не сталкиваясь друг с другом. Руки спрятаны за спину.

Варианты:

1. Все дети свободно располагаются на площадке, у каждого – по мячу. После сигнала всеведут мяч ногой, стараясь не сталкиваться друг с другом.

2. То же, но по первому сигналу игроки ведут мяч в быстром темпе, по следующему сигналу – в медленном.

3. То же, добавляется третий сигнал – остановить мяч подошвой ноги.

Игра в футбол вдвоем

Цель: Вратарская техника: приём и отбивание катящегося мяча.

Игровые правила: Забить гол в круг соперника, не выбегая из круга.

Варианты:

1. Дети становятся парами. Каждый игрок чертит вокруг себя круг диаметром 2-3 м. игроки передают мяч друг, другу отбивая его то - правой, то - левой ногой, стараясь попасть мячом в круг соперника. Выигрывает ребенок, забивший большее количество мячей в круг противника.

Забей в ворота

Цель: Вратарская техника: приём и отбивание катящегося мяча.

Игровые правила: Забить как можно больше голов в ворота противника

Варианты:

1. Несколько играющих детей (4 - 6) становятся на линию, отмеченную в 5 м от ворот, - это нападающие. Двое детей (3) – защитники, они располагаются между линией и воротами. Нападающие по очереди забивают в ворота три мяча. Защитники стараются поймать мячи и возвращают обратно нападающим. Затем дети меняются ролями. Выигрывает тот ребенок, который больше забивает мячей в ворота.
2. Забить мяч из разного положения и любыми частями тела.

У кого больше мячей

Цель: Отбивание мяча от пола, посылая его под сеткой.

Игровые правила: Как можно больше отбить мячей в сторону противника.

Варианты:

1. Дети образуют две разные команды. Каждый из них берет два мяча и располагается на своей половине площадки. Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 40 – 50 см от земли. После сигнала воспитателя дети стараются ударом ноги так направить мяч, чтобы он, прокатившись под сеткой, остановился на противоположной стороне площадки. Выигрывает та команда, у которой после второго сигнала воспитателя находится меньше мячей, или проигрывает та команда, у которой одновременно окажется четыре мяча.
2. Отбить мяч ногой по цели, нарисованной на стене.

Футболист

Цель: отработать удары ногой по неподвижному мячу правой, левой ногой с одного, двух, трёх шагов, с разбега.

Игровые правила: сделать точный удар по неподвижному мячу.

Варианты:

1. Дети становятся в линию или круг. В центре круга (или перед играющим) кладется мяч. По сигналу воспитателя ребенок закрывает глаза, делает поворот, идет к мячу и старается ударить по нему ногой.
2. С места (с разбега) по неподвижному мячу и попасть в предмет.
3. Удар мячом в сетку и его прием.

Забей гол

Цель: Выбивание мяча в поле противника.

Игровые правила: Запрещается производить удары по мячу, находящемуся между ограничительной и средней линиями поля.

Варианты:

1. В игре одновременно участвуют две команды. Над средней линией поля (20 x 10 м) на высоте 70 – 80 см натягивают шнур. По обеим сторонам поля в 2 м от средней линии чертятся ограничительные полосы. Каждая из команд располагается на своей половине. В игру вводится два мяча. Игроки пытаются ударом ноги так направить мяч, чтобы он вышел за пределы площадки соперников, т. е. забить гол. Однако гол засчитывается лишь в том случае, если мяч пересечет лицевую линию поля. Побеждает команда, сумевшая за условленное время забить больше голов.

2. Можно вводить в игру более 4-5 мячей одновременно.

Смена сторон

Цель: Ведение мяча ломаными линиями, толчками одной и поочередно то - правой, то - левой ногой.

Игровые правила: Ведение мяча на поле противника, руки за спиной. Выбивать только по мячу противника, если свой мяч около своих ног. Зажимать мяч ногами нельзя.

Варианты:

1. В игре одновременно участвуют две команды, в составе 7 – 10 игроков. На площадке в

15 -20 м друг от друга обозначаются две параллельные черты. Каждая команда располагается за своей линией. Все дети имеют по мячу. По сигналу игроки обеих команд начинают вести мячи (ногами) к линии соперников. Как только мяч пересечет линию, игрок берет его в руки и поднимает вверх. Побеждает команда, игроки которой сумеют быстрее перебраться на сторону соперников.

2. Каждый играет сам за себя, ведет мяч на поле противника, при этом выбивает мяч противника, при этом свой не теряет.

Футбольный слалом

Цель: Вести мяч вокруг стоек.

Игровые правила: Ведение мяча слалом между флажками.

Варианты:

1. На площадке обозначается линия старта, за которой команды по 6 – 8 игроков строятся в колонны. Первые номера каждой команды имеют по мячу. Перед каждой на расстоянии 2,5 – 3 м один от другого устанавливают 6 флажков. По сигналу первые номера устремляются вперед, обводя «змейкой» флажки, и таким же образом возвращаются назад. На линии старт – финиш игрок останавливает мяч и передает его следующему участнику и т. д. побеждает команда, быстрее закончившая игру.

2. Вести мяч между стоек и забить в ворота.

С двумя мячами

Цель: Следить за своим мячом и мячом противника.

Игровые правила: Ударить по своему мячу и мячу противника, чтобы мяч не выкатился из условно обозначенного коридора.

Варианты:

1. В игре принимают участие пары. Они располагаются на противоположных сторонах коридора шириной 4 м на расстоянии 5 – 6 м друг от друга. Коридор можно обозначить тесьмой или флажками. Оба игрока имеют по мячу. По сигналу они одновременно направляют мяч друг другу, а затем ударом по катящемуся мячу вновь возвращают его обратно. Если мячи столкнулись или один из них вышел за пределы коридора, пара заканчивает соревнование. Побеждает пара, сумевшая дольше других без ошибок выполнить упражнение.

2. Один ребенок посылает мяч ногой, другой останавливает его той же ногой.

3. Один ребенок катит мяч руками, другой останавливает его ногами.

Сильный удар

Цель: Удар ногой по неподвижному мячу.

Игровые правила: Сделать удар так, чтобы мяч укатился как можно дальше.

Варианты:

1. На площадке обозначается линия удара, а далее – коридор шириной 10 м. играющие поочередно совершают по 3 удара левой и правой ногой, стремясь послать мяч как можно дальше. Попытка засчитывается, если мяч приземлится в пределах коридора.

Побеждает ребенок, пославший мяч дальше других (берется результат одной попытки).

2. Удары по мячу внутренней стороной стопы («щёчкой»).

3. Удары внешней стороной стопы.

Попади в мишень

Цель: Выполнит удар по мячу с четким попаданием в мишень.

Игровые правила: ударить по мячу с попаданием в мишень.

Варианты:

1. Дети поочередно с расстояния 7 – 10 м стремятся попасть в круг диаметром 1 м, обозначенный на деревянном щите или стенке. Каждый выполняет по 3 удара правой и левой ногой по неподвижному мячу. Побеждает ребенок, сумевший сделать больше точных попаданий.

2. Игру можно провести и как командную. В этом случае победительницей считается команда, игроки которой в сумме забили больше голов.

Пингвины с мячом

Цель: Игровое упражнение: перенести мяч на противоположную сторону с ударом по мячу.

Варианты:

1. В игре участвуют две команды, которые выстраиваются в колонны за линией старта. В 5 – 8 м от детей – флажки. По сигналу первые номера каждой команды, зажав между коленями мяч, устремляются к флажку (дети переваливаются с ноги на ногу, словно пингвины). Добежав до флажка, они ударом ноги направляют мяч через площадку вторым номерам, а сами становятся в конец колонны. Игра заканчивается, когда все «пингвины» выполнят перебежки и мяч снова окажется у первого номера колонны. Если ребенок потеряет мяч во время бега, нужно взять его и продолжать игру.

Прокати мяч в ворота

Цель: Прокатить мяч в ворота ударом ноги.

Игровые правила: Игру можно проводить, предварительно дав детям возможность поупражняться в отбивании мяча ногой произвольно. Детям необходимо напоминать: мяч можно прокатить ногой по земле, можно ударить по нему так, что он подскочит и полетит высоко над землей. Чтобы мяч попал в ворота, надо ударить по нему так,

чтобы он покатился по земле. Прокатывать мяч дети могут той ногой, какой им удобно.

Варианты:

1. Дети прокатывают мяч друг другу ногой по прямой между двумя флажками (кубиками). Расстояние между детьми - 3 м, между флажками - 1 м.

Мяч под планкой

Цель: Прокатить мяч под планкой ударом ноги.

Игровые правила: Начинать игру можно с двумя детьми. Они прокатывают мячи друг другу с меньшего расстояния. Затем можно увеличивать расстояние и количество участников игры. Воспитатель подсказывает детям, как надо ударять по мячу, чтобы он катился по земле.

Варианты:

1. На игровой площадке на стойках на высоте 0,4-0,5 м устанавливается планка (или натягивается шнур); на расстоянии 3-6 м от нее, по обе стороны, проводятся линии. Дети (по двое-трое) становятся на линии друг напротив друга. У детей, стоящих с одной стороны, - мячи. Они посылают их ударом ноги на другую сторону так, чтобы мяч прокатился под планкой. Стоящие по другую сторону от планки останавливают мячи и направляют их ногой обратно.

2. Перебрасывать мяч ногой через планку. Детям надо подсказать: в этом случае мяч, чтобы он полетел вверх, через планку, подбивается снизу. Высоту планки над землей следует увеличивать постепенно: сначала на 0,2-0,3 м, затем на 0,4-0,5 м и более.

Передачи мяча ногами.

Игроки делятся на две команды (по 5-6 человек), каждая выстраивается по кругу на расстоянии вытянутых рук или шире. Получается 2 круга. Игроки в кругах рассчитываются по порядку номеров. Первые номера становятся в середину своих кругов и кладут перед собой мяч. Стоящие по кругу могут отметить свои места черточками или кружочками. По общему сигналу стоящие в центре игроки передают ногой мяч вторым номерам, получают его обратно и передают третьим. Получив от них пас, передают мяч четвертым номерам и т.д. Правила запрещают пропускать кого-либо из игроков, стоящих в кругу. Мяч можно передавать с обязательной остановкой его стопой или же с ходу без остановки, что быстрее, хотя и сложнее. Это оговаривается заранее.

Передача мяча головой.

Построение как и в первой игре, но перед началом мяч находится не у центрального, а у второго номера, стоящего в кругу. По сигналу он выбрасывает мяч руками центральному игроку (первому номеру), а тот отбивает мяч головой в руки третьему номеру, который снова выбрасывает его центральному. Затем мяч отбивается головой четвёртому, пятому и т.д. Каждый игрок должен побывать в середине круга и потренироваться в точных (пусть и недалёких) передачах мяча. Важно, чтобы величина кругов была одинаковой, а мяч, упавший на землю, был подобран игроком и с места падения послан по назначению.

Выбей мяч из круга.

Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. Водящий выходит с мячом в середину круга, кладёт мяч на землю и по сигналу старается выбить его ногой из круга, но так, чтобы он не пролетел выше коленей игроков. Стоящие по кругу задерживают мяч ногами и не дают ему вылететь из круга. Задержанный мяч игроки могут предавать ногами между собой, не давая его водящему. Если находящемуся в середине не удаётся выбить мяч из круга, то на его место идёт игрок, пропустивший мяч с правой стороны от себя. Каждый игрок старается защитить промежуток между собой и соседом справа. Игрокам не разрешается задерживать мяч руками. Мяч, пролетевший высоко над кругом, возвращается водящему. Победителем считается тот, кто ни разу не был водящим или водил меньше всех.

Забей гол.

Расположение игроков такое же, как и в предыдущих играх. В середине круга находится баскетбольный мяч. Выбирается водящий, задача которого, находясь в круге, не дать остальным игрокам сбить футбольным мячом баскетбольный. Все передают мяч друг другу и бьют по цели только ногой, а водящий выполняет роль вратаря. Ему разрешается отбивать мяч ногами, головой, туловищем и руками. Он покидает середину круга тогда, когда баскетбольный мяч будет сбит. Новым вратарём становится тот, кто метким ударом ноги поразил цель.

Передай пас.

Каждая команда делится на две группы, которые выстраиваются напротив друг друга. Игрок ногой передаёт мяч через площадку партнёру. Тот, кому адресован мяч, останавливает его и посылает мяч следующему игроку. Последний, получив пас, берёт мяч в руки. Отрабатывая технику вбрасывания мяча из аута и приёма мяча, игру приводят следующим образом. Мяч бросают стоящему напротив двумя руками из-за головы, а тот останавливает его ногой или головой, после чего берёт мяч в руки и делает бросок следующему игроку с противоположной стороны

Точно в цель.

Игроки обеих команд располагаются в затылок друг другу в 8-10м от стены, где начерчены два круга радиусом 70см. Круги расположены на расстоянии 1м от пола. По сигналу первые номера в командах делают удар по мячу сначала правой, а затем левой ногой, стараясь попасть в круг. В случае неудачи удары повторяются, пока цель не будет поражена (попадание в линию круга не засчитывается). Лишь после этого мяч переходит ко второму игроку и т.д. Выигрывает команда, игроки которой быстрее поразят цель обеими ногами. Можно увеличить размеры мишени и разметить её концентрическими кругами (120см, 80см, 40см). Тогда команды набирают очки в зависимости от точности попадания в цель.

Передача мячей по кругу.

В центре площадки очерчивают круг диаметром 12-16м. Игроки становятся по кругу и рассчитываются на первый-второй. Каждая команда получает по мячу, которые находятся у игроков, стоящих рядом друг с другом. По звуковому сигналу каждая команда начинает как можно быстрее передавать мяч по кругу: первые номера – по часовой стрелке, вторые – против, пытаясь обогнать другую команду. Победителем становится команда, которой удаётся первой закончить передачу мячей. Мяч должен передаваться в строгой последовательности, игрокам не разрешается ловить мяч другой команды или затруднять передачу мяча.

Светофор.

Игроки ведут мяч по залу, как и куда они хотят; по команде преподавателя «зелёный свет» - только в указанном направлении, по команде «красный свет» игроки останавливают мяч. Можно применять зрительные сигналы в виде красных и зелёных

кружочков.

Топ-танец.

По команде игроки чередуют касания мяча подошвой обеих ног попеременно. Когда они уловят ритм движений, следует команда «поворот», игроки поворачиваются кругом, удерживая ногу на мяче.

Стрельба по мишени.

Между двумя игроками ставится мяч. Задача игроков пробить по другому мячу так, чтобы сбить мяч в центре. Оценивается количество попаданий.

Охота на индюков.

По периметру площадки ставится, как можно больше кегель – «индюков». Задача учащихся – отправиться на охоту за индюками. Сбитые кегли – «индюки» ставятся обратно. Учитывается количество добытых «птиц» каждым «охотником».

Ударь не глядя

Задачи. Научить ударам по мячу. Развить специализированное восприятие «чувство мяча».

Описание игры. Впереди кладут мяч на расстоянии 2-3 м. Ребенку завязывают глаза повязкой. Надо подойти к мячу и ударить по нему ногой.

Варианты. Чередовать удары правой и левой ногой.

Методические указания. Если удар по мячу был неудачным, то можно предложить этому же ребенку повторить задание с открытыми глазами, потом повторить опять с повязкой.

Пробеги с мячом

Задачи. Научить передвижению с мячом. Развить быстроту передвижений.

Описание игры. Каждый играющий получает мяч и становится с ним на одной стороне площадки. По сигналу воспитателя все дружно устремляются вперед и, отбивая мяч ногами, перебегают через площадку. Стараться при этом не отпускать мяч

от себя далеко.

Варианты. Передвижение с мячом, оббегая по восьмерке лежащие на полу предметы.

Методические указания. Побеждает тот, кто быстрее выполнит задание.

Сумей выбить мяч

Задачи. Научить наносить удары по мячу. Научить защитным действиям.

Описание игры. Дети становятся в круг, в центре — водящий с мячом. Его задача выбить мяч из круга ногами, остальные ребята мешают ему это сделать.

Варианты. Варьировать расстояние между играющими и диаметром круга.

Методические указания. Брать мяч в руки не разрешается, его можно отбивать только ногами. Тот, кто пропустит мяч, становится водящим.

В парах

Задачи. Научить наносить удары по мячу разными способами и принимать его. Привить навыки групповых действий.

Описание игры. Дети становятся парами и перекатывают мяч друг другу. Побеждает пара, лучше всех выполняющая задание.

Варианты. Отбивать мяч то правой, то левой ногой.

Методические указания. Постепенно удаляются детей друг от друга (до 5 м).

Мяч в кругу

Задачи. Научить наносить удары по мячу разными способами и принимать его.

Описание игры. Небольшая группа располагается по кругу, в середину круга входит водящий с мячом. Ударяя несильно ногой по мячу, водящий по очереди прокатывает его к игрокам, стоящим по кругу. Каждый из них ногой задерживает и возвращает ему мяч.

Варианты. Варьировать расстояние между играющими.

Методические указания. Проигрывает тот, кто пропустил мяч.

Задержи мяч

Задачи. Научить выполнять функции защитников и нападающих в футболе.

Описание игры. По кругу становятся нападающие, внутри круга — защитник. Если

круг большой и в игре участвует много играющих, то могут быть 2-3 защитника. Нападающие быстро отбивают ногой друг другу мяч так, чтобы он катился по земле, а защитники стараются задержать его.

Методические указания. Если кому-нибудь из защитников это удастся сделать, то он меняется местами с тем нападающим, который отбивал мяч последним.

Закати мяч в лунку

Задачи. Научить ударам по мячу на точность.

Описание игры. Играющие с мячами становятся полукругом, через два шага друг от друга. Впереди них на расстоянии 3 ямка-лунка. Ударяя ногой по мячу, надо прокатить его так, чтобы он закатился в лунку.

Варианты. Увеличивать расстояние до лунки до 5 м.

Методические указания. Кто попадет в лунку с первого раза, тот и победил.

Забей в ворота

Задачи. Научить ударам по воротам разными способами.

Описание игры. Флажками на шестах или другими метками обозначаются ворота (1-1,2 м), 3-4 играющих становятся в 5 м от линии ворот, а двое располагаются за ней. По очереди каждый из стоящих перед линией ворот забивает в ворота 3 мяча. Находящиеся за линией ворот подбирают мячи и передают их следующему.

Варианты. Проводить игру, разделив детей на команды.

Методические указания. Игра повторяется несколько раз, дети по очереди то забивают, то задерживают мячи.

Вратарь

Задачи. Научить действиям вратаря. Научить ударам по воротам разными способами.

Описание игры. Условия игры те же, но один из играющих становится на линии ворот и защищает их. Вратарю разрешается задерживать мяч не только ногой, но и руками. Меняясь местами, все играющие по очереди выполняют роль вратаря.

Варианты. Наносить удары правой и левой ногой разными способами.

Методические указания. Тот, кто задержит большее количество мячей, — самый ловкий вратарь.

Научись владеть мячом

Описание игры.

- 1) Подпрыгивая на одной ноге, подошвой другой катать мяч вперед, назад, в стороны.
- 2) Прodelывать то же, но поворачиваясь влево, вправо и кругом.
- 3) Жонглировать мячом, подбивая его подъемом ноги.
- 4) Попробовать подбивать мяч бедром (нога согнута, сначала мяч подкидывается руками).

Варианты. Упражняться в этих действиях многократно.

Методические указания. Разделить детей на команды и провести соревнование.