

**Из опыта работы  
муниципальной инновационной площадки по теме:  
«ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕОРИЕНТИРОВАННОГО  
ОБРАЗА ЖИЗНИ ВОСПИТАННИКОВ ПОСРЕДСТВОМ  
СПОРТИВНЫХ ИГР (ФУТБОЛ)».**



**г.Гулькевичи, 2024 год**

УДК 373  
ББК 74.14

Сборник методических материалов по итогам реализации муниципальной инновационной площадки по теме: «Формирование здоровьесориентированного образа жизни воспитанников посредством спортивных игр (футбол)».

**Ответственный редактор:**

**Масунова В.В.** - старший воспитатель муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №18 пос. Гирей муниципального образования Гулькевичский район.

**Авторский коллектив:** Хуснутдинова Е.А Масунова В.В. Богомолова Л.М., Немова Н.В.,

**Рецензент:**

**Белова О.В.** – директор муниципального казенного учреждения «Районный информационно-методический центр» учреждений образования муниципального образования Гулькевичский район.

Данный сборник является результатом деятельности инновационной площадки по формированию здоровьесориентированного образа жизни воспитанников в ДОО.

В данном сборнике представлены результаты работы ДОО, различные подходы в организации развивающей образовательной среды и конспекты непосредственной образовательной деятельности по теме площадки.

Сборник носит практико-ориентированный характер. Авторы раскрывают педагогическую значимость рекомендуемых принципов, форм и методов работы с воспитанниками.

Сборник адресован педагогам дошкольных образовательных организаций, методистам и др.

Материалы, представленные к публикации, сохраняют авторскую редакцию. Ответственность за аутентичность и точность цитат, имен, названий и иных сведений, а также за соблюдение закона об интеллектуальной собственности несут авторы публикуемых материалов.

© Муниципальное казенное учреждение «Районный информационно-методический центр учреждений образования муниципального образования Гулькевичский район, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение</b> .....	4
<b>Масунова В.В., Немова Н.В.</b> Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Золотой мяч» .....	5-53
<b>Масунова В.В., Немова Н.В. Хуснутдинова Е.А.</b> Календарно-тематическое планирование реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Золотой мяч».....	54-116
<b>Богомолова Л.М., Немова Н.В., Хуснутдинова Е.А Масунова В.В.</b> Конспекты мероприятий, мастер-классов в рамках реализации проекта по теме: «Формирование здоровьесориентированного образа жизни воспитанников посредством спортивных игр (футбол)».....	117-145

## ***Введение***

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №18 пос. Гирей муниципального образования Гулькевичский район с января 2022 года включено в реестр инновационной инфраструктуры образования Гулькевичского района, как одного из приоритетных проектов развития системы образования.

Содержание работы муниципальной инновационной площадки обусловлено необходимостью решения таких задач в образовательном процессе, как:

обеспечение комплексного подхода к созданию психолого-педагогических условий в воспитательно-образовательной среде детского сада для формирования основ здорового образа жизни, приобщение детей и родителей к регулярным занятиям физической культурой и спортом;

развитие форм сетевого взаимодействия с использованием разных видов и форм совместной деятельности, направленных на развитие физической культуры и занятий спортом с воспитанниками, педагогами и родителями;

повышение уровня компетентности педагогов в вопросах использования современных здоровьесберегающих технологий;

формирование традиций и преемственности детского сада и школы в процессе реализации программ воспитания.

Цель проекта - создание условий для формирования гармоничного физического и нравственного развития ребенка через приобщение к спортивной игре в футбол с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовленности и развития. Формирование здорового образа жизни посредством футбола.

Здоровьеориентированный контекст воспитания является основной составляющей проекта, но наряду с физическим развитием детей решаются задачи нравственного, умственного и эстетического воспитания, именно в дошкольном возрасте закладываются основы будущей личности, формируется активный, здоровый, деятельный, современный гражданин.

Эффективность данных инновационных продуктов подтверждена положительными результатами их использования в рамках образовательной деятельности.

Представленные в сборнике методические материалы могут быть использованы педагогами дошкольных образовательных учреждений и педагогами учреждений дополнительного образования.

Данный опыт работы педагогов был обобщен и неоднократно представлен на мероприятиях муниципального уровня (семинары, научно-практические конференции, совещания, круглый стол, конкурсы).

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Золотой мяч»**

**Уровень программы:** базовый

**Срок реализации программы:** 1 год: 144 часа

**Возрастная категория:** от 6 до 7 лет

**Состав группы:** 12 человек

**Форма обучения:** очная

**Вид программы:** модифицированная

**Программа реализуется на бюджетной основе**

**ID-номер Программы в Навигаторе: 67440**

Авторы - составители:

Масунова Валентина Владимировна,  
старший воспитатель

Немова Нина Васильевна, инструктор по  
физической культуре

## Оглавление

Паспорт программы .....	3
Нормативно-правовое основание проектирования дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.....	6
<b>Раздел № 1. Комплекс основных характеристик образования:</b>	
<b>объем, содержание, планируемые результаты.....</b>	<b>8</b>
1.1. Пояснительная записка.....	8
1.2. Цель и задачи программы.....	11
1.3.Содержание программы.....	12
1.4. Планируемые результаты.....	16
1.5. Воспитательная работа.....	17
<b>Раздел №2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации.....</b>	<b>20</b>
2.1. Календарный учебный график программы .....	20
2.2. Условия реализации программы.....	27
2.3. Формы аттестации/ контроля.....	28
2.4.Оценочные материалы.....	29
2.5. Методические материалы.....	29
2.6. Список использованной литературы.....	31
Приложение.....	32

**ПАСПОРТ**  
**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**  
**физкультурно-спортивной направленности «Золотой мяч»**

1.	Наименование муниципалитета	Гулькевичский район
2.	Наименование организации	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №18 пос. Гирей муниципального образования Гулькевичский район
3.	ID-номер программы в АИС «Навигаторе»	47440
4.	Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Золотой мяч»
5.	Механизм финансирования	Программа реализуется на бюджетной основе
6.	ФИО автора (составителя) программы	Масунова Валентина Владимировна, старший воспитатель Немова Нина Васильевна, инструктор по физической культуре
7.	Краткое описание программы	Содержание программы физкультурно-оздоровительной направленности направлено на формирование у детей основ здорового образа жизни, активное вовлечение в регулярные занятия спортом и самостоятельную организацию своего досуга.
8.	Форма обучения	очная
9.	Уровень содержания	базовый
10.	Продолжительность освоения объём	1 год (144 часа)
11.	Возрастная категория	6-7 лет
12.	Цель программы	формирование гармоничного физического и нравственного развития ребенка через приобщение к спортивной игре в футбол с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовленности и развития. Формирование здорового образа жизни посредством футбола.
13.	Задачи программы	Образовательные задачи: - Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности при игре в футбол; - Знакомство с правилами игры в футбол;

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формирования навыков владения мячом;</li> <li>- Овладение основами технических приёмов, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;</li> <li>- Знакомство с историей и достижениями российского и мирового футбола.</li> </ul> <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие координации движений;</li> <li>- Создание условий для самовыражения, самореализации;</li> <li>- Развитие волевых качеств;</li> <li>- Развитие специальных двигательных навыков и психологических качеств детей;</li> </ul> <p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Формирование умений работать в команде, воспитание морально - волевых качеств;</li> <li>- Формирование навыков дисциплины;</li> <li>- Формирование здорового образа жизни, воспитание устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;</li> <li>- Воспитание уважительного отношения к сопернику, толерантности;</li> <li>- Воспитание патриотизма, гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся.</li> </ul>
14.	Ожидаемые результаты	<p>В результате изучения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Золотой мяч» обучающимися должны быть достигнуты определённые результаты:</p> <p>Предметные:</p> <p>Ребенок знает: о правилах поведения и техники безопасности при игре в футбол; об основных правилах игры футбол и правилах соревнований;</p> <p>об истории развития и достижениях российского и мирового футбола. способы сохранения и укрепление здоровья;</p> <p>Метапредметные:</p> <p>Ребенок умеет и способен: свободно ориентироваться в пространстве; выполнять различные действия с мячом: бросать и ловить, катать и выполнять удары по мячу;</p>



		<p>взаимодействовать друг с другом во время игры; подчинять свои интересы интересам команды.</p> <p>выполнять основные приемы техники спортивной игры – футбол</p>
15.	Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)	На обучение принимаются все желающие воспитанники МБДОУ д/с №18,
16.	Возможность реализации в сетевой форме	нет
17.	Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий	нет
18.	Материально-техническая база	<p>Для занятий по обучению детей игре в футбол в детском саду имеется физкультурный зал, спортивная площадка.</p> <p>Спортивный инвентарь: скакалки; мячи большого и малого размера; набивные мячи; кегли; гимнастические маты; гимнастические скамейки; гимнастическая стенка. Ворота, Кубики, Скакалки, Обручи</p> <p>Оборудование, инструменты и материалы, необходимые для реализации программы: спортивная форма одежды (футболка, шорты); наглядные пособия (книгоиздательская литература, презентации.)</p> <p>Техническое оснащение: Музыкальный центр, ноутбук, принтер, проектор. Интернет.</p>

## **Нормативно-правовое основание проектирования дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р

3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018г.

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Федеральный закон от 29.12.2010 года № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».

6. Приказ министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 года № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9.01. 2014 г. №2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

10. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.

11. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей» от 03.09.2019 № 467).

12. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»

13. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2020 г.

14. Государственная программа Краснодарского края «Развитие образования», утвержденная постановлением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 5 октября 2015 г. № 939

15. Распоряжение главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 11.08.2022 года № 329-р «Об утверждении плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030г., 1 этап (2022-2024 годы), в Краснодарском крае.

16. Положение о внутренней системе оценки качества образования в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении детский сад № пос. Гирей муниципального образования Гулькевичский район от 31.08.2022 № 82

17. Устав МБДОУ д/с № 18, утвержденный постановлением администрации муниципального образования Гулькевичский район от 15.06.2021 г. № 825.

## **Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»**

### **1.1. Пояснительная записка**

#### **Направленность**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **физкультурно-спортивной направленности** по обучению игре футбол, разработана на основании программы интегративного курса физического воспитания для дошкольников подготовительной группы на основе футбола под общей редакцией Федченко Н.С., которая расширяет возможности физического развития двигательных способностей детей на основе спортивной игры футбол, способствует повышению уровня здоровья дошкольников, и методического пособия «Футбол в детском саду» - Желобкович Е.Ф., где посредством разнообразных игр, упражнений и заданий дети смогут научиться играть в футбол.

#### **Актуальность**

Дошкольный возраст наиболее ответственный период в развитии организма и один из важнейших в становлении личности человека. В эти годы закладываются основы здоровья, а также гармоничного нравственного, умственного и физического развития. Организм ребенка в данный период быстро растет и развивается, в то же время сопротивляемость неблагоприятным влияниям среды еще низка, ребенок легко заболевает.

Ключевой формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра. С раннего детства любимой и одной из первых игрушек и забав у ребенка был и остается – мяч. Дети мяч бросают, ловят, катят рукой и ногой без особых физических усилий и каких-либо указаний.

В детском организме заложены большие возможности для тренировок, а это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания ДОО. Ведь освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом. Наблюдая за многократным монотонным и однообразным повторением действий детей с мячом, можно сделать вывод, что интерес у дошкольников к манипуляциям с мячом пропадает. Это привело к необходимости поиска новых эффективных средств развития двигательной активности, развития интереса детей к достижению потребности быть ловким, быстрым, сильным, смелым.

Во всем мире большой популярностью пользуется игра в футбол, как среди взрослых, так и среди детей. В настоящее время в нашей стране охват детей дошкольного возраста занятиями футболом незначителен. Футбол как специфический вид двигательной деятельности позволяет создать условия для нормального физиологического, психического и физического развития ребенка, а также формирования социально значимых личностных качеств детей.

Разнообразие технических и тактических действий игры в футбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений детей, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в футбол и сопряженные с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья и реакции.

Содержание программы направлено на формирование у детей основ здорового образа жизни, активное вовлечение в регулярные занятия спортом и самостоятельную организацию своего досуга.

### **Новизна**

Новизна настоящей Программы характеризуется расширением возможности физического развития двигательных способностей детей на основе спортивной игры – футбол, построена по принципу изучения, углубления и повторения объема знаний, умений и навыков. Программу могут освоить как мальчики, так и девочки. Каждый ребенок при этом повышает свой уровень физического развития в соответствии со своими возможностями. В результате ребенок становится уверенным в себе и открытым для других, что позволяет раскрывать его личностный потенциал.

### **Педагогическая целесообразность**

Педагогическая целесообразность программы по спортивным играм, требует постепенного перехода от простого к сложному. Спортивные игры позволяют решить проблему занятости детей в свободное время, пробуждая интерес к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки детей для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах обучения.

Игра в футбол требует от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах. Особенность игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. Все свои жизненные впечатления и переживания дошкольники отражают в условно-игровой форме. Игровая ситуация увлекает и воспитывает.

Большое воспитательное значение заложено в правилах игры. Они определяют ход игры; регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребёнок не может не проявить воспитываемые у него качества.

Программа направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психо - эмоциональное и социальное развитие личности.

### **Отличительные особенности**

Отличительная особенность обучения игре в футбол - это ее эмоциональная направленность, позволяющая поддерживать у детей интерес к физической культуре и спорту, мотивировать ребенка к здоровому образу жизни.

Данная Программа расширяет возможности физического развития двигательных способностей детей на основе спортивной игры – футбол, построена по принципу изучения, углубления и повторения объема знаний, умений и навыков.

**Адресат программы:** дети в возрасте 6 - 7 лет, посещающие детский сад.

На 6-7 году жизни двигательный аппарат у детей достаточно развит для того, чтобы они могли демонстрировать точные и скоординированные движения с учетом возникающих условий и ситуаций, заинтересованы в качестве выполнения движений, проявляют волю и прикладывают усилия, когда необходимо выполнить трудное задание.

В 6-7 лет мышечная система детей достигает определенного уровня зрелости, что позволяет показывать высокие показатели быстроты и активности в целом. Дети этого возраста хорошо справляются с теми заданиями, которые подразумевают комплексное задействование мышечных групп, например - игры с мячом.

Активное развитие показателей силы и выносливости позволяет постепенно повышать уровень физической подготовки. Дети способны выдерживать определенные физические нагрузки, соблюдать правила игр, быть частью команды.

**Уровень программы:** базовый

**Форма обучения:** очная

**Сроки реализации программы:** 1 год

**Объем программы:** 144 часа

**Режим занятий:** 4 раза в неделю по академическому часу (30 мин, всего 144 часа за 1 год)

**Особенности организации образовательного процесса:**

1. Состав группы – постоянный.

2. Занятия – индивидуально-групповые.
3. Количество детей в группе – 12 человек.
4. Виды занятий: учебно-тренировочные и теоретические занятия; участие в различных соревнованиях.

Занятия проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке, в зависимости от погодных условий на базе МБДОУ д/с №18 п. Гирей.

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.

## **1.2. Цели и задачи Программы**

**Цель:** формирование гармоничного физического и нравственного развития ребенка через приобщение к спортивной игре в футбол с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовленности и развития. Формирование здорового образа жизни посредством футбола.

### **Задачи:**

#### **Образовательные задачи:**

- Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности при игре в футбол;
- Знакомство с правилами игры в футбол;
- Формирования навыков владения мячом;
- Овладение основами технических приёмов, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;
- Знакомство с историей и достижениями российского и мирового футбола.

#### **Развивающие:**

- Развитие координации движений;
- Создание условий для самовыражения, самореализации;
- Развитие волевых качеств;

- Развитие специальных двигательных навыков и психологических качеств детей;

**Воспитательные:**

- Формирование умений работать в команде, воспитание морально - волевых качеств;

- Формирование навыков дисциплины;

- Формирование здорового образа жизни, воспитание устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;

- Воспитание уважительного отношения к сопернику, толерантности;

- Воспитание патриотизма, гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся.

**1.3. Содержание программы. Учебный план**

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Раздел 1 Теоретическая подготовка</b>				
1.	Диагностическое обследование детей	2	2		наблюдение
2.	Техника безопасности				опрос
3.	История возникновения игры - футбол				опрос
	<b>Раздел 2 Общефизическая и специальная физическая подготовка</b>	80			
1.	Общефизическая подготовка			72	наблюдение
2.	Специальная физическая подготовка			8	наблюдение
	<b>Раздел 3 Техническая и тактическая подготовка</b>	56			
1.	Техническая подготовка			48	нормативы
	Тактическая подготовка			8	нормативы
	<b>Раздел 4 Соревновательная подготовка (Подвижные и спортивные игры)</b>	6			
1.	Эстафеты, соревнования			2	наблюдение
2.	Двусторонние игры			2	участие
3.	<b>Контрольные нормативы</b>			2	
	Сдача нормативов				зачет
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	2	142	

**Содержание учебного плана**

**Программа состоит из разделов**

- Теоретическая подготовка

- Обще-физическая и специальная физическая подготовка

- Техническая и тактическая подготовка

- Соревновательная подготовка (Подвижные и спортивные игры)

## **1. Теоретическая подготовка**

Теоретическая подготовка дается весь период учебного года и во всех частях тренировки (подготовительная, основная, заключительная). Теоретический материал дается в течение 5-7 минут и способствует приобретению интеллектуальных умений и навыков, которые ведут к формированию убеждений и познавательных способностей.

В разделе представлен материал, дающий начальные основы знаний о собственном организме, гигиенических требованиях на тренировочных занятиях, истории физической культуры и спорта, истории развития футбола в стране, формируют и расширяют кругозор ребенка в области познания терминологии спорта в частности футбола, подвижных и спортивных играх.

Формируются базовые элементарные знания в области здоровья и здорового образа жизни, знакомство с основными правилами техники безопасности на тренировочных занятиях, спортивно - массовых мероприятиях, формирование навыков страховки и самостраховки. Формирование гражданской позиции в обеспечении личной и общей безопасности на объектах спорта во время спортивно - массовых и зрелищных мероприятиях.

Знакомит детей с правилами поведения на стадионе, формирует статус юного болельщика фаната футбола.

## **2. Общая физическая и специальная физическая подготовка.**

Раздел «Общая физическая подготовка» содержит материал, реализация которого формирует у детей общую культуру движений, укрепляет здоровье, содействует развитию умений, развивает основные физические качества.

В разделе «Специальная физическая подготовка» представлен материал с учетом характера игровой деятельности, способствующий приобретению умений и эффективному их использованию в этой деятельности, развивающий кондиционные способности, а также всевозможные сочетания этих групп способностей у занимающихся не только при работе с мячом, но и без мяча.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловищ, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад.

Упражнения с набивным мячом (0.5-1 кг.). Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки. Стойка на голове из упора присев толчком двух ног. Стойка на руках толчком одной и махом другой ноги. Переворот в сторону.

Легкоатлетические упражнения. Бег 30 м. на скорость. Повторный бег до 3 x 30 м., до 2 x 60 м. Бег медленный до 10 мин. Бег по пересечённой местности (кросс) до 800 м. Бег 200 и 500 м.



Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».

Метание малого мяча по коридору шириной 10 м. на дальность с разбега.

Подвижные игры. Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча на дальность и в цель.

Специальные упражнения для развития быстроты. Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа.

Ускорения на 15, 30 м. без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180°. Бег боком и спиной вперёд (наперегонки). Обводка стоек. Рывок с мячом.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега вверх, стараясь достать высоко подвешенный мяч ногой, головой; то же, выполняя в прыжке поворот до 180°. Прыжки вверх с места и разбега, выполняя удары по мячам, подвешенным на различной высоте. Эстафеты с элементами акробатики.

### **3. Техническая и тактическая подготовка.**

Разделы «Техническая подготовка», «Тактическая подготовка» включают в свое содержание различные средства физической культуры направленные на формирование и развитие жизненно-важных двигательных навыков и умений.

#### **Техническая подготовка**

Специальные упражнения (индивидуальные, групповые и игровые упражнения с мячом) позволяют избирательно решать задачи обучения в отдельных элементах техники, их вариативности, различных связок и фрагментов игровой деятельности.

Удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта. Удары в единоборстве. Удары на точность и дальность. Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Остановка грудью летящего мяча. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча.

Ведение мяча. Ведение серединой подъёма и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: при ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком вперёд уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперёд; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнёру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперёд, увлекая соперника («скрещивание»).

Выполнение обманных движений в единоборстве.

Отбор мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом. Техника игры вратаря. Ловля катящегося и

летающего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча.

Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке.

Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу. Броски рукой на точность и дальность.

#### **Тактическая подготовка.**

##### ***Тактика нападения.***

Индивидуальные действия без мяча. Выбор наиболее удобной позиции на игровом поле. Умение уйти из под контроля соперника и создать игровое пространство для себя и партнеров.

Действия без мяча. Открывание; отвлечение соперников; создание численного преимущества на отдельном участке поля.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное применение тех или иных приемов техники владения мячом в различных игровых ситуациях. Применение необходимого способа удара по мячу, остановок, в зависимости от направления, траектории и скорости движения мяча. Использование ведения и применение различных видов обводки в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Начинать и развивать атаку из стандартных положений: начальном, угловом, штрафном и свободном ударах; вбрасывание мяча из-за боковой линии.

Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.

##### ***Тактика защиты.***

Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

##### ***Групповые действия.***

Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

##### ***Тактика вратаря.***

Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнёрам по обороне, как занять правильную позицию; выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнёру.

#### **4. Соревновательная подготовка.**

При освоении данного раздела приобретается вся совокупность технических приемов в условиях комплексного проявления основных физических качеств и тактических действий.

Участие в соревнованиях не должно быть определяющей формой работы. Средства соревновательной подготовки направлены на создание предметно-развивающей среды, дающую возможность самовыражения воспитанников, обеспечивающую индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка.

В данном разделе подобран материал образовательных технологий деятельностного типа, которые в наибольшей степени способствуют решению развивающих задач на уровне дошкольного образования (игровая, продуктивная, коммуникативная, трудовая, образная).

При выборе упражнений по видам подготовки необходимо обязательно соблюдать педагогические принципы - от простого к сложному, от известного к неизвестному – на которых должен строиться тренировочный процесс, дающий возможность последовательно обучать детей новым, более сложным двигательным действиям.

#### **1.4. Планируемые результаты освоения программы:**

В результате изучения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Золотой мяч» обучающимися должны быть достигнуты определённые результаты:

##### **Предметные:**

Ребенок знает:

- о правилах поведения и техники безопасности при игре в футбол;
- об основных правилах игры футбол и правилах соревнований;
- об истории развития и достижениях российского и мирового футбола.
- способы сохранения и укрепление здоровья;

##### **Метапредметные:**

Ребенок умеет и способен:

- свободно ориентироваться в пространстве;
- выполнять различные действия с мячом: бросать и ловить, катать и выполнять удары по мячу;
- взаимодействовать друг с другом во время игры;
- подчинять свои интересы интересам команды.
- выполнять основные приемы техники спортивной игры – футбол такие как:

1. удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой (внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъема) по воротам, в стену с расстояния от 7 до 10 м;

2. остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу;

3. ведение мяча (средней и внешней частью подъема) только правой или только левой ногой по прямой линии, между стойками (змейкой) и движущихся партнеров;

4. обманные движения с места – движение влево, с уходом вправо и наоборот;

5. отбор мяча (отбивание ногой в выпаде);

6. вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ступней ног на дальность, и в коридор шириной 2 м;

7. ознакомление с тактикой игры в футбол по упрощенным правилам в ограниченных составах 1х1, 2х2, 3х3.

#### **Личностные:**

Результаты освоения программы включают в себя развитие у ребенка таких личностных качеств как:

- способность управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений.

- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;

- умение позитивного коммуникативного общения с окружающими.

- уважение к общепринятым нормам и правилам поведения, способность решать интеллектуальные и личностные задачи (проблемы), адекватные возрасту.

### **1.5. Воспитательная работа**

**Цель:** Формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.

#### **Задачи:**

Формирование системы базовых ценностей личности, приобщение к общечеловеческим нормам морали;

Создание условий для воспитания трудолюбия, аккуратности, приобщение к здоровому образу жизни;

Формирование культуры общения, навыков работы в группе, воспитание чувства патриотизма

Развитие гражданской и социальной ответственности, как важнейшей черты личности.

### **Направление воспитательной работы**

Формирование ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни: создание условий для занятий спортом; привитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактика вредных привычек; формирование в детской среде системы мотивации к активному и здоровому образу жизни.

**Воспитание семейных ценностей, работа с родителями:** создание условий для психолого–педагогического просвещения родителей,

взаимодействие педагога с родителями в интересах самореализации детей в дошкольном учреждении; воспитание уважение к семье.

### **Формы и методы воспитания**

Основной **формой воспитания** и обучения детей является учебные занятия и практические занятия.

**На учебных занятиях** дети усваивают информацию имеющую воспитательное значение, получают опыт деятельности в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации. Получают информацию о спортивных достижениях, изучают биографию спортсменов.

**Практические занятия детей** – тренировки, соревнования способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, здесь проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи.

### **Методы воспитания**

Методы формирования сознания личности (взглядов, оценок, суждений, идеалов): рассказ, беседа, разъяснение. Используются в процессе всего времени обучения. С помощью этих методов формируется представление о нравственных поступках, о правилах поведения в обществе, в семье.

Методы стимулирования и мотивации деятельности и поведения. Используется поощрение. Воспитательное значение поощрения возрастает, если оно включает в себе оценку не только результата, но и мотивов, способов деятельности. Поощрение всегда связано с положительными эмоциями и особенно необходимо ученикам с заниженной самооценкой, неуверенным в себе. К методам стимулирования деятельности относятся также сюжетно-ролевые игры, которые проводятся с учетом возраста учащихся. Организация воспитательного процесса с использованием данного метода вызывает яркие положительные эмоциональные переживания, способствует формированию нравственно-эстетических чувств, обуславливает развитие коллективистских отношений.

Методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения личности. Результатами воспитания являются нравственно-ценностные отношения и основанный на них соответствующий общественным требованиям тип поведения. В этой связи организация деятельности и формирование опыта общественного поведения рассматриваются как сердцевина педагогического процесса.

Управление процессом воспитания невозможно без обратной связи, которая дает представление о его результативности. Выполнять эту функцию помогают методы контроля, самоконтроля и самооценки в воспитании. К основным методам контроля относятся педагогическое наблюдение за учащимися; беседы, направленные на выявление воспитанности; опросы (устные, анкетные и др.); анализ результатов деятельности обучающихся.

## Календарный план воспитательной работы

Направления воспитательной работы	Воспитательное мероприятие	Срок проведения
Духовно-нравственное	Беседа «Взаимопомощь»	Сентябрь
физическое и оздоровительное	Беседа: «Режим дня: для чего он нужен?»	Октябрь
Духовно-нравственное	Беседа «Уважительное отношение к сопернику и членам команды»	ноябрь
Социальное	выставка семейных фотографий «Я болельщик», «Мы любим футбол»	Декабрь
Духовно-нравственное	Беседа «Урок вежливости»	январь
физическое и оздоровительное	Беседа «Важность здоровья нации»	февраль
физическое и оздоровительное, социальное	Наглядные формы пропаганды здорового образа жизни Участие в соревнованиях с привлечением семей воспитанников	Март апрель
физическое и оздоровительное	Организация соревнований между командами школы и детского сада	май

## РАЗДЕЛ 2

### «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

#### 2.1. Календарный учебный график

**Дата начала и окончания учебного периода:** с 01.09.2024 г. по 30.05.2025г.

**Продолжительность занятия:** 30 мин – 4 раза в неделю по 16 занятий в месяц, 144 всего.

**Каникулы:** с 01.01 2025 по 08.01. 2025 года

**Выходные:** Суббота, воскресенье, праздничные дни, установленные законодательством РФ

**Формы аттестации:** Вводный контроль – сентябрь (Диагностика. Определение уровня физической подготовленности детей)

Итоговая аттестация – май (Соревнования, зачет)

**Место проведения:** занятия проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке МБДОУ д/с №18. пос. Гирей, ул. Парковая, 16.

**Время проведения:** Приложение № 1

## Календарный учебный график

№ занятия	Месяц	Тема	Содержание
1-2	Сентябрь	Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Вводное занятие, просмотр видео о футболе. Инструктаж по технике безопасности.	История развития футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Общие понятия о гигиене. Режим дня и его значение для юного спортсмена.
3-4		Втягивающая тренировка. Специальные упражнения.	Ходьба - обычная, на носках с разным положением рук, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы, с высоким подниманием колена (бедра).
5-6		Техническая подготовка	Ходьба широким шагом, приставным шагом правым и левым боком, лицом вперед, спиной вперед, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе.
7-8		Техническая подготовка	Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см.). Обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот;
9-10		Техника удара по мячу.	Удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъёма) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4м
11-12		Бег, изучение упражнения «квадрат».	Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом.
13-14		Упражнения для развития быстроты.	Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут.
15-16		Основные способы развития специальной физической подготовки.	Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную
17-18	Октябрь	Основные способы развития специальной физической подготовки.	Бег в колонне по одному, по двое, старты из разных исходных положений, в разных направлениях, с разными заданиями, с преодолением препятствий.
19-20		Упражнения с мячом	Остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу
21-22		Упражнения с мячом	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча

			подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.
23-24		Закрепление защитной стойки. Перемещение приставным шагом.	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.
25-26		Совершенствование защитной стойки. Закрепление перемещения приставным шагом.	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.
27-28		Удар внешней частью подъёма.	Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.
29-30		Упражнения для развития быстроты.	Бег со средней скоростью на 80-120м (2-4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3-5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30м.
31-32		Техническая подготовка	Прыжки через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, верёвку вперёд и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением.
33-34	Ноябрь	Удар внешней частью подъёма.	Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.
35-36		Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрёстного и одноимённого движения рук и ног, перелезанием с пролёта: на пролёт по диагонали. Отбор мяча (отбивание ногой в выпаде)
37-38		Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперёд; прыжки на двух ногах с продвижением вперёд по наклонной поверхности. Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
39-40		Техники отбивания мяча	Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4м), из положения, сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание; мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.
41-42		Перебрасывание набивных мячей.	Прыжки с высоты 40см, в длину с места (около 100см), в длину с разбега (180-190



			см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребёнка, с разбега; (не менее 50см).
43-44		Групповые упражнения с переходами.	Построение самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько.
45-46		Общеразвивающие упражнения	Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперёд, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам.
47-48		Общеразвивающие упражнения	Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперёд и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью. Вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ног на дальность, и в коридор шириной 2м.
49-50	Декабрь	Техника передвижения	Удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъёма) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4м
51-52		Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу.
53-54		Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма. Закрепление удара пяткой.	Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
55-56		Выбрасывание мяча руками	Вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ног на дальность, и в коридор шириной 2м.
57-58		Закрепление ведения внутренней и внешней стороной стопы.	Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
59-60		Совершенствование ведения мяча	Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
61-62		Ведение мяча носком.	Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.
63-64		Закрепление техники ведения мяча	Обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот

65-66	Январь	Общеразвивающие упражнения с предметами.	Упражнения с набивными мячами броски друг другу одной рукой от правого и левого плеча. Броски одной и двумя руками через голову. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Упражнения с волейбольными, футбольными, теннисными мячами, гимнастическими палками, скакалкой. Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении
67-68		Общеразвивающие упражнения с предметами.	Упражнения в парах, в группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах, с вращением скакалки вперёд и назад, прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе
69-70		Общеразвивающие упражнения с предметами.	Упражнения с малыми мячами: броски и ловля мяча после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену, на месте, в прыжке, после кувырка в движении.
71-72		Подвижные игры и эстафеты.	Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, с сопротивлением, на внимание, координацию движений.
73-74		Подвижные игры и эстафеты.	Эстафеты встречные и круговые, с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом, в различных сочетаниях перечисленных элементов.
75-76		Упражнения для развития ловкости	Прыжки со скакалкой два вращения – один прыжок; жонглирование теннисных мячей (2-3 шт.). Подвижные игры: «Караси и щука», «Третий лишний», «День» и «ночь», «Пустое место», «Волк во рву», «Салки простые», «Белые медведи». Подвижные игры неспецифическими средствами футбола
77-78		Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	Упражнения с набивными мячами, гантелями, на тренажерном оборудовании. Переноска и перекладывание груза. Упражнения с резиновым амортизатором и др. Многоскоки с ноги на ногу; с двух на две, тройной и пятерной с места, многократные до 10 раз. Выпрыгивание вверх из приседа.
79-80		Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Многократные броски набивного мяча весом до 2 кг вверх в прыжке и ловля (мяч зажат спотами ног).

81-82	Февраль	Тактика нападения	Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Эффективно использовать изученные технические приемы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.
83-84		Тактика нападения	Взаимодействие с партнерами при равном соотношении с соперником, используя короткие и средние передачи. Взаимодействие двух и трех игроков. Комбинации в парах: «скрещивание». Начало и развитие атаки из стандартных положений.
85-86		Тактика защиты	Взаимодействие в обороне при численном большинстве сил соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнеров. Организация противодействия комбинациям «скрещивание». Закрепление умения взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Закрепление умения организации и построение «стенки»
87-88		Тактика защиты	Организация обороны по принципу зонной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр. Углубленное разучивание и закрепление. Подвижные и спортивные игры по упрощенным правилам. Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.
89-90		Тактика вратаря	Закрепление умения организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; подсказывать партнерам при обороне, как занять правильную позицию
91-92		Интегральная подготовка	Упражнения интегрального характера: передачи мяча в парах в движении с использованием комбинации «скрещивание» с последовательным ударом по цели. Игры: 2 против 1, 3 против 1,4 против 2 с целевыми заданиями.
93-94		Интегральная подготовка	Организация атаки при использовании противником обороны по принципу зонной защиты и организация обороны по принципу зонной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке от ворот, выбор позиции и взаимодействие игроков при обороне, атака противника от своих ворот.
95-96		Интегральная подготовка	Обучение игре в квадратах 3 х3, 4х4, 5х5 с одним нейтральным. Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, используя полученные навыки по заданию тренера

97-98	Март	Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель. Игра	Ведение игры по избранной тактической системе и ее вариантов; взаимодействия игроков всех тактических линий команды; умения переходить в ходе состязания к другому варианту игры
99-100		Отбор мяча перехватом в движение	Умение выдерживать высокий темп игры, правильно распределяя силы игроков вовремя состязания; менять темп, ритм и характер игры в зависимости от создавшейся в состязании ситуации; разумно сочетать индивидуальные и коллективные действия.
101-102		Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	Быстрота развития атаки из глубины обороны; создание численного превосходства в атаке за счет быстрых перемещений игроков. получения мяча, освобождаясь от персональной опеки соперника и после передачи мяча партнеру.
103-104		Ведение мяча + удар по воротам. Игра	Перекрытие всех игроков команды соперника после потери мяча, стараясь возможно быстрее вновь овладеть мячом; взаимопонимание и взаимостраховку; создание численного превосходства в обороне
105-106		Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	Быстрота организации атак, выполнение продольных и диагональных, средних и длинных передач. Тактические комбинации со сменой игровых мест в ходе развития атаки. Создание численного перевеса в атаке за счет подключения полузащитников и крайних защитников. Острота действия в завершающей фазе атаки
107-108		Прием мяча различными частями тела.	Определение направления возможного удара, занимая в соответствии с этим занимать наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах. Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне.
109-110		Передачи мяча. Игра в большой квадрат	Определение направления возможного удара, занимая в соответствии с этим занимать наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах. Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне.
111-112		Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	Слаженность действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника. Усиление обороны за счет увеличения числа обороняющихся игроков.
113-114	Апрель	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	Создание численного перевеса в атаке за счет подключения полузащитников и крайних защитников. Острота действия в завершающей фазе атаки

115-116		Двусторонняя учебная игра.	Слаженность действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника. Усиление обороны за счет увеличения числа обороняющихся игроков.
117-118		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
119-120		Упражнение змейка + удар по воротам. Игра.	Определение направления возможного удара, занимая в соответствии с этим занимать наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах. Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне.
121-122		Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	Ловля, переводы и отбивания различных мячей, находясь в воротах и на выходе из ворот, обращая внимание на быстроту реакции, на амортизирующее (уступающее) движение кистями и предплечьями при ловле мяча, на мягкое приземление при ловле мяча в падении. Броски руками и выбивания мяча ногами на точность и дальность.
123-124		Разбор игроков. Комбинация «стенка».	Вбрасывание мяча из различных исходных положений с места и после разбега на точность и дальность вбрасывания, для остановки его изученными приемами стоящему и двигающемуся партнеру.
125-126		Совершенствование комбинации «стенка».	Вбрасывание мяча из различных исходных положений с места и после разбега на точность и дальность вбрасывания, для остановки его изученными приемами стоящему и двигающемуся партнеру.
127-128		Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрёстного и одноимённого движения рук и ног, перелезанием с пролёта: на пролёт по диагонали. Отбор мяча (отбивание ногой в выпаде)
129-130	Май	Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперёд; прыжки на двух ногах с продвижением вперёд по наклонной поверхности. Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров.

131-132		Техники отбивания мяча	Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4м), из положения, сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание; мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.
133-134		Перебрасывание набивных мячей.	Прыжки с высоты 40см, в длину с места (около 100см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребёнка, с разбега; (не менее 50см).
135-136		Групповые упражнения с переходами.	Построение самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько.
137-138		Двусторонняя учебная игра.	Слаженность действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника. Усиление обороны за счет увеличения числа обороняющихся игроков.
139-140		Двусторонняя учебная игра.	Слаженность действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника. Усиление обороны за счет увеличения числа обороняющихся игроков.
141-142		Соревнования по футболу между командами	
143-144		Итоговое занятие.	Сдача контрольных нормативов (Приложение)

## 2.2. Условия реализации программы

### Материально – техническое обеспечение.

Для занятий по обучению детей игре в футбол в детском саду имеется физкультурный зал, спортивная площадка.

#### Технические характеристики физкультурного зала:

Общая площадь зала (кв. м)	81,4 кв. м
Освещение естественное	4 окна
Освещение искусственное	лампы дневного света с защитой
Уровень освещенности	норма
Наличие системы пожарной безопасности	имеется
Наличие системы отопления	имеется
Возможность проветривания помещения	имеется
Поверхность пола (удобная для обработки)	имеется

## **Оборудование, инструменты и материалы, необходимые для реализации программы:**

№	Наименование оборудования	Количество
1.	Футболка детская	10
2.	Шорты детские	10
3.	Флажки разноцветные	20
4.	Мячи набивные	20
5.	Мячи футбольные D 5	10
	Мячи футбольные D 2	10
6.	Ворота	2
7.	Кубики	40
8.	Скакалки	15
9.	Обручи	20
10.	Гимнастические палки	20
11.	Флажки	20
12.	Конусы	6
13.	Гимнастические лавки	2
14.	Гимнастические лестницы	2
15.	Свисток	1
16.	Мат гимнастический	4

**Информационное обеспечение:** Музыкальный центр, ноутбук, принтер, проектор. Интернет.

**Кадровое обеспечение:** программу реализует: Немова Н.В. – инструктор по физической культуре МБДОУ д/с № 18

Педагог имеет первую квалификационную категорию, владеет методами и приемами организации деятельности воспитанников, в том числе современными педагогическими технологиями, электронными образовательными и информационными ресурсами.

### **2.3. Формы контроля/ аттестации**

С целью оценки эффективности реализации программы в течение учебного периода проводится следующий контроль:

- повседневное систематическое наблюдение;
- сдача контрольных нормативов по физической подготовке;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

#### **Формы подведения итогов реализации дополнительной программы**

- проведение открытых занятий для родителей;
- спортивные праздники, конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;

Контрольные тесты и упражнения проводятся в 2 раза в год. Контрольные игры проводятся в учебных целях и при подготовке к соревнованиям.

Диагностика проводится путем контрольных упражнений-нормативов:

Наименование норматива	Описание норматива	Возраст 6-7 лет
Силовая выносливость мышц брюшного пресса	И.П. лежа на спине, руки на поясе. Прямые ноги под углом 45° к полу удерживаются на весу.	50-60 сек.
Силовая выносливость мышц спины	И.П. лежа на животе. Туловище поднимается на 30° и удерживается в таком положении.	50-60 сек.
Гибкость	И.П. стоя на скамейке или кубе, ноги рядом, руки вдоль туловища. Наклониться вниз, не сгибая колени.	8-12 сек.
Статическое равновесие	И.П. пятка правой (левой) ноги примыкает к носку левой (правой) ноги, стопы расположены по прямой линии, руки — вдоль туловища. Удержать равновесие как можно дольше.	45-60 сек.
Челночный бег 3x10 м	И.П. низкий старт. Ребенок сначала бежит к одному концу дистанции касается рукой ориентира, потом быстро разворачивается и бежит обратно.	9-10 сек.
Удар мяча на точность	Удар по мячу выполняется серединой подъема, внешней и внутренней стороной стопы.	3-5 попаданий
Ведение мяча на скорость	Ведение мяча проводится попеременно левой и правой ногой вокруг конусов змейкой.	35 сек.

**Форма отслеживания и фиксации:** Образовательные результаты воспитанников отслеживаются и фиксируются в таких формах как: журнал посещаемости, грамоты, отзывы родителей и детей, фото с мероприятий и соревнований, сообщения родителей, отправленных педагогу доступным родителю способом.

#### 2.4. Оценочные материалы

Освоение и совершенствование техники двигательных действий будет осуществляться с помощью следующих методов:

- метод устного контроля – опрос;
- метод визуального контроля – наблюдение педагогом за действиями учащихся;
- методы практического контроля – контроль результатов самостоятельных, практических работ;

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных мероприятиях таких как: «Весёлые старты»; «Спортивные эстафеты»; «День здоровья» и т.д.

Промежуточная аттестация: проводится в игровой форме, в упрощенном варианте.



## 2.5. Методические материалы

Структура занятия предусматривает три части:

Вводная часть (3 - 4 мин.) – разминка, целью которой является подготовка организма ребенка к более интенсивной работе в основной части (различные виды ходьбы, бег, прыжки, подскоки, дыхательные упражнения и подвижные игры).

Основная часть (20 мин) - небольшой комплекс общеразвивающих упражнений обучение движениям с мячом, (подводящие упражнения, сходные по структуре с главными элементами техники того или иного движения в игре футбол), дыхательное упражнение.

Заключительная часть (4 -5 мин) релаксация (ходьба с дыхательными упражнениями, спокойная игра).

### **Основные формы и методы.**

При реализации программы по спортивным играм используются три основные группы методов обучения - словесные, наглядные и практические.

**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 приемов:**

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).

### **Описание технологий**

Для достижения цели и задач программы используются **педагогические технологии** разноуровневого, развивающего, личностно-ориентированного, индивидуального, группового обучения, коллективной творческой деятельности. Данные технологии учитывают интересы, индивидуальные возрастные и психологические особенности каждого ребенка, уровень стартовых образовательных компетенций.

## **2.6. Список литературы**

### **Для педагога:**

1. Программа интегративного курса физического воспитания для дошкольников подготовительной группы на основе футбола. Под общей редакцией: Н.С.Федченко - директор Центра организационно-методического обеспечения физического воспитания Департамента образования города Москвы. Центр организационно-методического обеспечения физического воспитания Департамент образования города Москвы. Москва-2013г., Авторы-составители: В.А.Круглыхин, Е.В.Ломакина, Разова Е.В.

2. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. Л.И. Пензулаева. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2019

### **Для родителей:**

1. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2 – 7 лет /Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2019

2. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Для занятий с детьми 3 – 7 лет. М.М. Борисова Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2019

3. Утренняя гимнастика в детском саду. 5-7 лет. Т.Е. Харченко. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2020

**Список интернет ресурсов:**

1. Индивидуальная подготовка юных футболистов  
<http://футбол-удары.рф/>

2.Картотека игр и упражнений для юных игроков  
[https://vk.com/topic-177972538\\_39970639](https://vk.com/topic-177972538_39970639)

3.Азбука спорта  
<https://a-sports.ru/shkola/poleznoe/>

**Приложение №1**

**Расписание занятий**

Дополнительные образовательные услуги	Группа	Группа 6-7 лет	
		В неделю занятий	В год часов
«Золотой мяч»		4	144
<b>Итого компонент ОУ</b>		<b>4</b>	<b>144</b>

№	Наименование группы	Наименование объединения дополнительного образования	Время проведения
1	1.Золотой мяч, подготовительная группа 6-7 лет	«Золотой мяч»	Понедельник, вторник, среда, четверг 16:30 – 17.00

Календарный учебный график

№ п/п	Календарные даты		Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля
	По плану	По факту				
1 раздел: Теоретическая подготовка						
1	1) 02.09 2) 03.09		Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Вводное занятие, просмотр видео о футболе. Инструктаж по технике безопасности.	1 1	беседа	Беседа опрос
Раздел 2 Общезащитная и специальная физическая подготовка						
2	1) 04.09 2) 05.09		Втягивающая тренировка. Специальные упражнения.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
3	1) 09.09 2) 10.09		Техническая подготовка	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
4	1) 11.09 2) 12.09		Техническая подготовка	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
5	1) 16.09 2) 17.09		Техника удара по мячу.	1 1	Практическое выполнение	Наблюдение, выполнение упражнений
6	1) 18.09 2) 19.09		Бег, изучение упражнения «квадрат».	1 1	Практическое выполнение	Наблюдение, выполнение упражнений
7	1) 23.09 2) 24.09		Упражнения для развития быстроты.	1 1	Практическое выполнение	Наблюдение, выполнение упражнений
8	1) 25.09 2) 26.09		Основные способы развития специальной физической подготовки.	1 1	Практическое выполнение	Наблюдение, выполнение упражнений
9	1) 30.09 2) 01.10		Основные способы развития специальной физической подготовки.	1 1	Практическое выполнение	Наблюдение, выполнение упражнений
10	1) 30.09 2) 01.10		Упражнения с мячом	1 1	Практическое выполнение	Наблюдение, выполнение упражнений
11	1) 02.10 2) 03.10		Упражнения с мячом	1 1	Практическое выполнение	Наблюдение, выполнение упражнений
12	1) 07.10 2) 08.10		Закрепление защитной стойки. Перемещение приставным шагом.	1 1	Практическое выполнение	Наблюдение, выполнение упражнений

13	1) 09.10 2) 10.10		Совершенствование защитной стойки. Закрепление перемещения приставным шагом.	1 1	Практическое выполнение	Наблюдение, выполнение упражнений
14	1) 14.10 2) 15.10		Удар внешней частью подъёма.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
15	1) 16.10 2) 17.10		Упражнения для развития быстроты.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
16	1) 21.10 2) 22.10		Техническая подготовка	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
17	1) 23.10 2) 24.10		Удар внешней частью подъёма.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
18	1) 28.10 2) 29.10		Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
19	1) 30.10 2) 31.10		Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
20	1) 05.11 2) 06.11		Техники отбивания мяча	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
21	1) 07.11 2) 11.11		Перебрасывание набивных мячей.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
22	1) 12.11 2) 13.11		Групповые упражнения с переходами.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
23	1) 14.11 2) 18.11		Общеразвивающие упражнения	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
24	1) 19.11 2) 20.11		Общеразвивающие упражнения	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
25	1) 21.11 2) 25.11		Техника передвижения	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
26	1) 26.11 2) 27.11		Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
27	1) 28.11 2) 02.12		Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма. Закрепление удара пяткой.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
28	1) 03.12 2) 04.12		Выбрасывание мяча руками	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
29	1) 05.12 2) 09.12		Закрепление ведения внутренней и внешней стороной стопы.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
30	1) 10.12 2) 11.12		Совершенствование ведения мяча	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
31	1) 12.12 2) 16.12		Ведение мяча носком.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
32	1) 17.12		Закрепление техники	1	Практическое	наблюдение

	2) 18.12		ведения мяча	1	выполнение	
33	1) 19.12 2) 23.12		Общеразвивающие упражнения с предметами.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
34	1) 24.12 2) 25.12		Общеразвивающие упражнения с предметами.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
35	1) 26.12 2) 09.01		Общеразвивающие упражнения с предметами.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
36	1) 13.01 2) 14.01		Подвижные игры и эстафеты.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
37	1) 15.01 2) 16.01		Подвижные игры и эстафеты.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
38	1) 20.01 2) 21.01		Упражнения для развития ловкости	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
39	1) 22.01 2) 23.01		Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
40	1) 27.01 2) 28.01		Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
Раздел 3						
Техническая и тактическая подготовка						
41	1) 29.01 2) 30.01		Тактика нападения	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
42	1) 03.02 2) 04.02		Тактика нападения	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
43	1) 05.02 2) 06.02		Тактика защиты	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
44	1) 10.02 2) 11.02		Тактика защиты	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
45	1) 12.02 2) 13.02		Тактика вратаря	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
46	1) 17.02 2) 18.02		Интегральная подготовка	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
47	1) 19.02 2) 20.02		Интегральная подготовка	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
48	1) 24.02 2) 25.02		Интегральная подготовка	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
49	1) 26.02 2) 27.02		Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель. Игра	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
50	1) 03.03 2) 04.03		Отбор мяча перехватом в движение	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
51	1) 05.03 2) 06.03		Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
52	1) 10.03 2) 11.03		Ведение мяча + удар по воротам. Игра	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
53	1) 12.03		Развитие	1	Практическое	наблюдение

	2) 13.03		координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	1	выполнение	
54	1) 17.03 2) 18.03		Прием мяча различными частями тела.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
55	1) 19.03 2) 20.03		Передачи мяча. Игра в большой квадрат	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
56	1) 24.03 2) 25.03		Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
57	1) 26.03 2) 27.03		Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
58	1) 31.03 2) 01.04		Двусторонняя учебная игра.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
59	1) 02.04 2) 03.04		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
60	1) 07.04 2) 08.04		Упражнение змейка + удар по воротам. Игра.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
61	1) 09.04 2) 10.04		Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	1 1	Практическое выполнение	наблюдение
62	1) 14.04 2) 15.04		Разбор игроков. Комбинация «стенка».	1 1	Практическое выполнение	Игры, соревнования
63	1) 16.04 2) 17.04		Совершенствование комбинации «стенка».	1 1	Практическое выполнение	Игры, соревнования
64	1) 21.04 2) 22.04		Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	1 1	Практическое выполнение	Игры, соревнования
65	1) 23.04 2) 24.04		Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	1 1	Практическое выполнение	Игры, соревнования
66	1) 28.04 2) 29.04		Техники отбивания мяча	1 1	Практическое выполнение	Игры, соревнования
67	1) 30.04 2) 05.05		Перебрасывание набивных мячей.	1 1	Практическое выполнение	Игры, соревнования
68	1) 06.05 2) 07.05		Групповые упражнения с переходами.	1 1	Практическое выполнение	Игры, соревнования
69	1) 12.05 2) 13.05		Групповые упражнения с переходами.	1 1	Практическое выполнение	Игры, соревнования
Раздел 4						
Соревновательная подготовка (Подвижные и спортивные игры)						
70	1) 14.05		Двусторонняя учебная	1	Практическое	Игры,

	2) 15.05		игра.	1	выполнение	соревнования
71	1) 19.05 2) 20.05		Эстафеты, соревнования по футболу между командами	1 1	Практическое выполнение	Игры, соревнования
72	1) 26.05 2) 27.05		Зачет, сдача нормативов	1 1	Практическое выполнение	Открытое занятие, фотоотчет
Итого				144		



## Приложение №3

### Подвижные игры

Подвижные игры, направленные преимущественно на  
общефизическую подготовку

**«Бой петухов».** На земле (полу) чертят круг диаметром 3—4 м. Играющих делят на две команды, которые выстраивают в две шеренги около круга одна против другой. В каждой команде выбирают капитана. Капитан посылает по одному игроку — «петуху» — в круг. Каждый из них встает на одну ногу, другую подгибает, руку кладет за спину. По сигналу руководителя «петухи», прыгая на одной ноге, начинают выталкивать плечом друг друга из круга или стараются заставить своего противника встать на обе ноги. Победитель выигрывает очко для своей команды. Затем идет в круг следующая пара «петухов» (по усмотрению капитанов) и т.д. Игра продолжается до тех пор, пока все не побывают в роли «петухов». Выигрывает команда, игроки которой одержали больше побед.

**«Чехарда парами».** Инструктор распределяет учеников по парам (из занимающихся одинакового роста) и указывает направление движения каждой паре. По команде первые номера выполняют опорный прыжок ноги врозь через вторых номеров. После прыжка первые проходят 4 шага вперед и принимают исходное положение. Затем вторые номера прыгают через первые и т.д. Чтобы правильно принять исходное положение, следует встать боком или спиной к партнеру, ноги поставить немного шире плеч, опереться руками в колено противоположной ноги и подогнуть голову к груди.

**«Сдвинуть с места».** Двое, стоя лицом друг к другу, вытягивают руки вверх- вперед и охватывают руки партнера своими ладонями. Позади каждого из партнеров в 3—4 м от них обозначают линию. По команде каждый из играющих пытается сдвинуть партнера за линию. Тот, кто сделает это, объявляется победителем.

**«Борьба за предмет».** Двое воспитанников захватывают мяч или эстафетную палочку. Захват должен быть прочным.

По команде каждый из игроков старается вырвать предмет у партнера. Упражнение выполняется 3 раза. Партнера нельзя толкать, а также сваливать с ног с помощью подножки и других подобных приемов.

**«Перетягивание одной рукой».** Обозначают две линии на расстоянии 8 м одна от другой. Играющие становятся правым боком друг к другу на середине этого восьмиметрового отрезка и схватываются правыми руками.

Каждый из играющих старается перетянуть партнера за обозначенную линию. При повторении упражнения играющие перетягивают друг друга левыми руками.

**«Передать мяч».** Игру проводят на ковре или матах. Выбирают двух водящих (их число по ходу игры может быть доведено до четырех), а остальные игроки садятся по кругу ногами в центр. Интервалы между игроками — вытянутые руки. Игрокам дают слабо надутый футбольный мяч. По сигналу участники перебрасывают его по кругу руками, а водящие, передвигаясь любым способом, стараются перехватить мяч или выбить его из рук сидящего, а затем передать другому сидящему по кругу игроку. После этого водящий занимает место потерявшего мяч, который становится водящим. Игра усложняется тем, что, после того как один из водящих овладеет мячом, на него могут нападать остальные водящие и игрок из круга, потерявший мяч. Борьба длится до тех пор, пока мяч не будет передан одному из сидящих. Сделавший эту передачу выходит из круга и занимает место потерявшего мяч.

Игру продолжают 10—12 мин. Отмечают лучших водящих и игроков, которые не были на их месте.

**«Часовые и разведчики» («Два лагеря»).** Игроков делят на две равные команды — «часовых» и «разведчиков» — и выстраивают в шеренги вдоль двух противоположных сторон площадки на расстоянии 10—20 м одна от другой. Перед носками играющих чертят линии. Посередине площадки на одинаковом расстоянии от команд рисуют кружок. В него кладут мяч или другой предмет. Команда «разведчиков» должна унести мяч, а команда «часовых» — стеречь его.

По сигналу инструктора два игрока (крайние с правого фланга каждой шеренги) — «разведчик» и «часовой» — выбегают на середину площадки к мячу.

**«Разведчик»** должен унести мяч к себе. «Часовой» следует за ним и не дает унести мяч, осаливая «разведчика», если тот мяч схватит. Чтобы отвлечь внимание «часового», «разведчик» обязан повторять его движения и в то же время следить за мячом. Если «разведчик» схватит мяч, «часовой» старается его поймать и взять в плен. Если «часовой» не поймает «разведчика» с мячом до его лагеря, то сам идет в плен и становится со своим победителем на левом фланге шеренги или сбоку от нее.

Игру продолжают до тех пор, пока все участвующие не побывают в роли «часовых» или «разведчиков». В конце игры подсчитывают «пленных» в каждой команде.

Выигрывает команда, имеющая больше «пленных». Затем все повторяют еще раз, поменявшись ролями. После второй игры опять подсчитывают «пленных». Побеждает команда, сумевшая в роли «часовых» и «разведчиков» захватить больше «пленных». В «Два лагеря» можно играть и один раз. В этом случае, чтобы уравнивать условия игры, в каждой команде рассчитываются на первый-второй. Играющие под первым номером в одной команде становятся «разведчиками», в другой — «часовыми». У играющих под вторыми номерами роли меняются.

Можно усложнить игру: играющие рассчитываются по порядку номеров, и руководитель вызывает разные номера игроков, по своему усмотрению.

**«Гонка мячей по кругу».** Спортсмены становятся в круг на расстоянии вытянутых в стороны рук и рассчитываются на первые и вторые номера. Первые номера — одна команда, вторые — другая. Двух игроков, стоящих рядом, назначают капитанами и дают им по мячу.

По сигналу капитаны начинают передавать (перебрасывать) мячи по кругу. Один вправо, другой — влево (своим ближайшим игрокам), т.е. через одного. Мячи перекидываются до тех пор, пока они не возвратятся к капитанам. Выигрывает команда, сумевшая быстрее пронести мяч по всему кругу. Получив мяч, капитан поднимает руки с мячом вверх. Игру можно проводить несколько раз подряд.

**«Передача набивного мяча назад».** Участников строят в шеренгу. В каждой команде должно быть нечетное количество играющих. Они становятся на расстоянии от 2 до 2,5 м один от другого.

Не сдвигая ног с места, первый номер поворачивает корпус влево и бросает мяч следующему стоящему за ним, который, повернувшись вправо, бросает его третьему номеру; третий, повернувшись влево, бросает его четвертому; так мяч передают последнему в шеренге. Этот играющий с набивным мячом бежит в голову колонны, встает на указанное выше расстояние перед первым номером и передает ему мяч, повернувшись влево. Таким образом, набивной мяч переходит из рук в руки, причем передачи производятся поочередно то в правую, то в левую стороны. Соревнования проводят между несколькими командами. Выигрывает та команда, которая первой вернется в свое первоначальное построение.

**«Бег вдвоем на трех ногах».** Участвуют несколько команд. В каждой из них участников делят по парам, связывают у каждой пары шейным платком находящиеся близко одна к другой («внутренние») ноги по щиколотке. По сигналу связанная пара участников уходит с линии старта, делает поворот вокруг фланга и возвращается на линию старта; следующая пара принимает старт, как только первая пара пересечет линию финиша (старта).

**«Передача (гонка) мячей над головой, под ногами и комбинированная».**

Играющих делят на 2—4 равные команды. Каждую команду выстраивают в колонну по одному одну параллельно другой. Игроки в шеренгах стоят на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У стоящих впереди — по мячу.

По сигналу тренера впереди стоящие передают мяч над головой стоящим сзади них. Те таким же образом передают мяч другим сзади стоящим, и так до конца. Каждый раз последний игрок в колонне, получив мяч, бежит справа от своей колонны, становится первым и передает мяч назад над головой. Так продолжается до тех пор, пока игрок, начавший игру, не вернется на свое исходное место в колонне, где он должен поднять мяч вверх и дать команду «Смирно!» своей команде. Вся

группа встает по стойке «Смирно!». Побеждает команда, закончившая игру первой.

**«Передал — садись».** Играющих делят на две равные команды и выстраивают в параллельные шеренги. Каждая команда выбирает капитана, который встает напротив своей команды на расстоянии 5—8 шагов. У капитанов в руках по мячу.

По сигналу инструктора капитан передает мяч (двумя руками от груди или другими установленными способами) первому игроку колонны, который ловит его, возвращает обратно капитану и сразу же принимает упор присев. Затем капитан обменивается передачами со вторым, третьим и остальными игроками команды. Каждый игрок, сделав ответную передачу, принимает упор присев. Когда последний игрок в шеренге отдает мяч капитану, тот поднимает его вверх, и вся команда быстро встает. Побеждает команда, закончившая передачу мяча первой и не нарушившая правил.

**«По наземной мишени».** На каждой стороне волейбольной площадки у линии нападения чертят по два круга диаметром 1,5 м. Две команды располагают с разных сторон сетки. У игроков одной команды в правой (или левой) руке теннисный мяч.

По сигналу два игрока от каждой команды одновременно устремляются к сетке. Игрок с мячом прыгает как можно выше и акцентированным движением кисти посылает мяч в один из кругов на стороне противника. Игрок за сеткой, ставя блок, старается помешать ему. За попадание в любой круг нападающий получает 2 очка, а если он обошел блок, но промахнулся (мяч приземлился в пределах площадки) — 1 очко.

### **Подвижные игры, направленные на преимущественное развитие скоростно - силовых качеств.**

**«Парные пятнашки».** Участников строят в одну шеренгу, затем дают команду «На первый-второй рассчитаться». Первые номера должны запомнить своего партнера, то есть второй номер. Вторые номера должны знать первые номера. Перед тем как подать сигнал для начала упражнения, тренер предупреждает, что выбегать за пределы площадки не разрешается, и объясняет, что игра будет продолжаться 3 мин. Затем он дает команду «Приготовиться!» По этой команде первые номера разбегаются и становятся, где хотят, но в пределах площадки. Вторые номера в это время остаются в шеренге. Подав команду «Марш!», преподаватель засекает время. Первые номера стараются осалить ударом по плечу своего партнера. Если первый номер осалит партнера, игроки этой пары расходятся на 10 м и начинают играть сначала.

Каждая пара подсчитывает, сколько раз первый номер осалил второго. Затем объявляется пятиминутный перерыв, в течение которого играющие отдыхают в ходьбе. Затем играют еще 3 мин, но водят уже вторые номера.

**«Вызов».** Группу разбивают на пары, примерно равные по силам на площадке, и указывают направление бега. Пути, по которым пробегают пары, не должны пересекаться.

После того как все пары займут отведенные им места, тренер объясняет, в чем состоит упражнение: двое играющих становятся лицом друг к другу, при этом тот, кто начинает упражнение, становится спиной в сторону предлагаемого бега. Второй игрок стоит лицом к направлению предлагаемого бега, вытягивая вперед ладонь правой руки, согнутой в локте и прижатой к правому боку, а левой рукой из-за спины захватывает правый локоть.

По сигналу инструктора играющий, стоящий спиной к направлению бега, ударяет три раза правой рукой по ладони партнера и с третьим ударом, повернувшись кругом, стремительно убегает от своего напарника. Тот стремится догнать убегающего и осалить его ударом по плечу. Это нужно сделать, пока убегающий не пересечет черту, которую проводят в 20—30 м от линии старта.

После нескольких пробежек партнеры меняются ролями.

**«Хватай первым».** При проведении упражнений с разделением на пары каждый занимающийся обычно стремится играть в паре с одним и тем же партнером. Не следует этому препятствовать.

Каждой паре отводят отдельное место так, чтобы расстояние между парами составляло не менее 30 м.

Играющие должны, повернувшись лицом друг к другу, стать на расстоянии 2 м один от другого, положить между собой какой-нибудь небольшой предмет, например эстафетную палочку, и принять условное исходное положение, которое может быть различным: сидя, в упоре присев, лежа на спине, в упоре лежа и др. Расставив пары по местам, инструктор командует: «Исходное положение принять!», проверяет, все ли правильно выполнили его команду. После этого он дает сигнал (свисток), по которому игроки каждой пары стремятся первыми схватить предмет. Схватив его, они бегут в любую сторону на расстояние 20 м. Если в это время партнер не успеет осалить убегающего, то тому игроку, который схватил предмет первым, засчитывается очко.

Упражнение проводится до тех пор, пока один из играющих не наберет 5 очков.

**«Печать».** Группы по 5—6 человек. В каждой назначают водящего. Игрокам дают один мешочек с песком. Водящему запрещают убегать за пределы площадки.

По команде инструктора водящий убегает от остальных игроков своей группы, перемещаясь по площадке в любом направлении. Остальные игроки также перемещаются по площадке и перекидываются мешочком с песком, которым они должны осалить водящего. Бросать мешок в водящего не разрешается, нужно при осаливании держать мешочек в руке, т.е.

как бы поставить этим мешочком печать на водящего. Тот, кто осалит водящего, сам становится водящим.

**«Выбивание теннисным мячом».** Группу разбивают на две команды. По жребию определяют, какая команда будет водить, т.е. выбивать мячом игроков другой команды. Выбегать за пределы поля не разрешается.

Инструктор бросает мяч одному из игроков водящей команды и подает сигнал к началу игры. Игроки команды водящих перебрасывают мяч друг другу и стараются попасть мячом в своих противников. Те увертываются. Игроки обеих команд свободно перемещаются по полю. Игрок, в которого попали мячом, покидает поле. Игра продолжается, пока все игроки не будут «выбиты».

Время игры инструктор фиксирует по секундомеру. В следующий раз водит уже другая команда. Время, требующееся второй команде, чтобы окончить игру, также фиксируется.

Команда, водившая меньшее время, объявляется победительницей.

**«День и ночь».** На поле проводят две параллельные линии на расстоянии 2 м одна от другой. Вдоль каждой ставят команду. Количество игроков в командах должно быть одинаковым. Игрок одной команды имеет перед собой игрока второй команды. По сигналу играющие поворачиваются спиной к своим партнерам. Одна команда получает название «Ночь», другая — «День». Если звучит слово «Ночь», одноименная команда убегает, а команда «День» поворачивается кругом и догоняет «Ночь». Если называют «День», команды меняются ролями.

Каждый игрок догоняет только своего партнера. Осаливает его он легким ударом руки по плечу. Осаливать нужно, пока игрок не добежал до линии, проведенной в 20 м от исходной черты, на которой располагаются игроки. Играющий, запятнавший своего партнера из другой команды, выигрывает для своей команды очко.

Выигрывает команда, первой набравшая 20 очков. Тренер должен разнообразить и варьировать вызовы команд.

Вариант игры. Одна команда стоит на линии, а навстречу ей, соблюдая правило дорожек, идет шагом другая команда. Когда расстояние между командами сократится до 2—3 м, преподаватель дает свисток. По свистку команда, которая двигалась шагом, поворачивается и убегает; команда, стоявшая на месте, стремится догнать убегающих и запятнать их. Тренер подсчитывает, сколько очков набрала «догоняющая» команда за три пробежки, и меняет команды на старте.

**«Эстафета вокруг пункта».** Группу разбивают на команды, выстраивающиеся в шеренги. Капитаны команд становятся во главе команд. Впереди, на расстоянии 25—30 м, выставляют указатели поворота. При проведении игры в зале поворот не должен быть ближе 5 м от стены. Инструктор сообщает играющим, из какого исходного положения на старте они должны начинать бег, и строго контролирует соблюдение этого правила.

Эстафету начинают по сигналу. Капитаны бегут до поворотного пункта, обегают его, возвращаются и передают эстафету следующему номеру своей команды. Принимающий эстафету к этому времени должен стоять на старте в условленном исходном положении. Игрок, передавший эстафету, становится в затылок последнему игроку своей команды и ждет своей очереди снова бежать с эстафетной палочкой. Игра продолжается непрерывно до тех пор, пока каждый из участников не пробежит с эстафетой, по крайней мере, четыре раза. После этого игра заканчивается и выявляется победитель.

**«Эстафета по кругу».** Инструктор разбивает группу на команды по 6 человек. Каждая команда становится в круг, и игроки рассчитываются, начиная с капитанов, по порядку номеров. Игроки располагаются лицом в центр круга в 2 м один от другого.

По сигналу инструктора первые номера (капитаны) делают поворот направо и бегут по внешнему кругу. Обежав круг, они становятся на свои места (которые занимают на площадке). Как только закончивший бег игрок приставит вторую ногу к опорной ноге, игрок, имеющий следующий номер, начинает бег по кругу. Так эстафета продолжается до последнего игрока команды. Последний игрок, окончив бег, поднимает руку и кричит: «Есть!»

Инструктор определяет, какая команда выиграла состязание.

**«Бег ловких».** Две или несколько команд общей группой становятся на старте. Четыре флажка или другие заметные предметы расставляются на расстоянии примерно 15 м один от другого. Перед забегом каждый участник кладет в пунктах I, II, III, IV (у древка каждого флажка) принадлежащий ему предмет, названный руководящим игрой.

Команды стартуют одновременно. Пробежав к каждому пункту в последовательности II, III, IV и I, каждый участник разыскивает и как можно скорее собирает принадлежащие ему вещи, после чего вся команда должна собраться в месте, указанном инструктором со старта.

**«Пробежки туда и обратно».** Две команды по 6—7 человек занимают исходное положение. Команда «бьющих» располагается вдоль линии А. Первым к месту броска стоит капитан команды (под первым номером), за ним по порядку номеров располагаются остальные члены команды. Капитан команды «ловящих» наиболее целесообразно расставляет в поле игроков своей команды, а сам становится против места броска в 20—25 м. Линии А и Б отстоят одна от другой на 35—37 м.

Игру начинает капитан команды «бьющих». С места броска он метает в поле теннисный мяч. Обычно стремятся бросить мяч как можно дальше. Бросив, капитан бежит с максимальной скоростью к линии Б и наступает на нее ногой затем поворачивается кругом и возвращается к линии А. В момент его пробежки игроки, находящиеся в поле, ловят мяч (с лета или с отскока). Игрок, поймавший мяч, передает его над головой второму игроку, второй — третьему, и так до последнего. Тренер, выполняя роль судьи,

замечает, что произойдет раньше: перебегающий игрок пересечет линию А или «ловящие» игроки переведут мяч последнему игроку шеренги. Кто быстрее выполнит свое действие, тот дает команде очко. Подобно капитану команды, бросают мяч и совершают перебежки остальные «бьющие». После того как сделает бросок последний игрок, производится подсчет очков, объявляется команда-победительница. Команды меняются ролями.

**«Салки с футбольным мячом».** На площадке произвольно располагают 6—7 участников, один из которых «салка». Мяч находится у одного из игроков. По сигналу «салка» старается догнать и дотронуться до одного из игроков, которому остальные играющие стараются ногой своевременно дать пас. Игрока, владеющего мячом, салить нельзя. «Салка» должен преследовать другого игрока, которому также стараются передать мяч. Если «салка» коснулся мяча ногой или завладел им, то водящего сменяет тот, кто сделал неточную передачу.

Игра длится 5—7 мин. Выигрывает тот, кто ни разу не был водящим или водил меньшее число раз. Игрок, по вине которого мяч вышел за пределы площадки, становится водящим.

**«Баскетбол».** В игре участвуют две команды по 5 человек в каждой. Игру начинают с центра поля; тренер подбрасывает мяч вверх и дает свисток. Игроки одной команды, завладев мячом, пытаются забросить его в корзину противника. В игре можно бросать мяч рукой, отнимать мяч у игрока другой команды только одной рукой. Нельзя проводить ведение мяча дважды — остановившись, нужно отдать мяч. Если игрок не ведет мяч, то ему не разрешается держать его в руках более 2 с. Запрещены толчки и захваты партнера, не разрешается игра головой и ногами.

**«Получить мячик».** Инвентарь: мячик, шнурок.

Основная цель — усвоение ритма выполнения последних трех шагов и отталкивания.

Подвешивают на шнурке мячик на доступной атлетам высоте. Устанавливают очередность выполнения упражнений. Занимающийся выполняет три шага разбега, отталкивается одной ногой и старается дотронуться рукой до подвешенного на шнурке мячика. Высоту, на которой подвешен мячик, постепенно увеличивают. Для определения личного или командного первенства за каждый удачный прыжок начисляют одно очко. Удачным считается прыжок, в котором спортсмен коснулся рукой мячика. На каждой высоте выполняют одну попытку.

**«Толкание мяча в обруч».** Инвентарь: гимнастический обруч, набивной мяч. Место проведения: небольшая площадка.

Основная цель — обучение приему толкать мяч под правильным углом.

Подвешивают обруч на высоте 2,5—3 м над землей. На расстоянии 3—4 м от обруча проводят линию, от которой будут толкать мяч. Одна команда становится за этой линией, а вторая занимает место на другой стороне от обруча в 3—4 м от него. Игроки одной команды поочередно толкают мяч так, чтобы он пролетел через обруч.



Соперники подают мяч. Затем команды меняются местами. Каждое попадание в обруч оценивается в одно очко.

Выигрывает команда, набравшая больше очков.

### **Подвижные игры, направленные на преимущественное развитие скоростных качеств.**

**«Кто дальше прыгает на одной ноге или в положении приседа».** Занимающихся выстраивают в две или три колонны, показывают направление движения, объясняют, что нужно прыгать на одной ноге (без смены ног) или в положении приседа как можно дальше и остановиться. Следует предупредить, что темп прыжков не должен быть очень быстрым.

По команде игроки, стоящие первыми в колоннах, начинают прыгать. После того как они продвинулись на 15—20 м, дается сигнал для начала движения игрокам, стоящим вторыми в колоннах. Затем прыгают третьи и т.д. После этого объявляется победитель и повторяются прыжки на другой ноге.

**«Челнок».** Занимающихся распределяют по двум командам, которые становятся на противоположных сторонах площадки. Между ними проводят среднюю линию (линию старта). Капитаны команд по очереди посылают своих игроков к средней линии, от которой они должны совершать прыжок. Заранее устанавливают, что игроки одной команды будут прыгать (с места толчком двумя ногами) вправо от средней линии, а игроки другой команды — влево от нее. После начала игры, т.е. после прыжка первого игрока, отмечают (мелом) место его приземления по пяткам. Игрок возвращается в свою команду, а с отметки его приземления в обратную сторону (к средней линии) прыгает игрок из команды противника. Длина его прыжка также отмечается, после чего в борьбу вступают вторые номера и т.д.

Если последнему игроку (завершающему соревнование) удалось перепрыгнуть через среднюю линию — его команда побеждает, если не удалось — команда проигрывает.

**«Перемена мест».** Игроки двух команд, стоя в шеренгах лицом друг к другу на противоположных сторонах площадки (за линиями своих «домов»), приседают и кладут руки на колени.

По сигналу все игроки, прыгая из глубокого приседа, продвигаются вперед, стараясь быстрее пересечь линию противоположного «дома».

Побеждает команда, игроки которой, закончив прыжки, первыми пересекут противоположную линию. Затем следуют прыжки в обратную сторону, но в игре не участвует тот, кто пересек линию «дома» последним. Игра продолжается до тех пор, пока на площадке не останутся 2—3 самых выносливых прыгуна. По числу игроков на площадке нетрудно определить команду-победительницу: она сохранила больше прыгунов.

**«Толкай из круга».** Обозначают круг диаметром 4—6 м. Игроки (четное количество — 4 или 6) произвольно становятся в круг.

По команде игроки начинают выталкивать друг друга из круга. Как только ступня или другая часть тела игрока коснется земли за линией круга, игрок выбывает из игры. Толкать разрешается только в грудь и плечи. Игрок, оставшийся в кругу последним, считается победителем.

**«Пятнашки».** Инструктор объясняет группе, что в данной игре всем игрокам можно продвигаться только прыжками на одной ноге, менять опорную ногу не разрешается: тот, кто сменит ногу, становится водящим. Водящий, назначенный инструктором, должен запятнать любого из игроков ударом по плечу. В момент смены водящих игроки могут сменить опорную ногу, но, как только новый водящий приступит к выполнению своей роли, все должны передвигаться опять только на одной ноге.

Инструктор может назначить несколько водящих в случае большого состава группы. Размеры площадки нужно ограничить ориентирами. Наиболее подходит для игры место размером баскетбольной площадки. Игрок, вышедший за пределы площадки, становится водящим.

**«Какая команда прыгает дальше?».** Назначают двух капитанов команд. Остальных игроков делят на две команды. Инструктор показывает направление движения и объясняет условия игры. От начальной линии одновременно прыгают на одной ноге (не меняя ногу) по одному игроку из каждой команды. На том месте, где остановится или оступится на другую ногу прыгающий игрок, его меняет игрок соответствующей команды.

Состязание начинается по сигналу. Все игроки идут вслед за прыгающим. Если игру проводят на стадионе, можно состязаться на количество кругов.

**«Встречная эстафета с обменом набивными мячами (или другими предметами)».** Команды строят в шеренгу. Одну половину команды выстраивают у одной линии старта (А), другую — у противоположной линии (Б). Игроки всех команд, начинающие бег, держат в руках набивные мячи.

По сигналу первые и пятые номера каждой команды продвигаются скачками в приседе (или на одной ноге) навстречу друг другу. Встретившись, они обмениваются набивными мячами (бросать мячи не разрешается), потом возвращаются к линиям старта, передают набивные мячи следующим игрокам своих команд, а сами становятся в хвосты колонн. Игрок, получивший мяч, повторяет действия первого. Эстафета повторяется потоком по 5-6 раз.

**«Эстафета в скачках на одной ноге».** Группу разбивают на команды по 5—6 человек. В каждой команде назначают капитана. Затем капитаны выстраивают свои команды по одному у линии старта. В 15 м от старта против каждой команды должны быть поставлены стойки, обозначающие поворот. В зале стойки нужно ставить не ближе чем в 5—6 м от стены.

По команде «На старт!» капитаны команд принимают положение стоя на одной ноге, держа эстафетные палочки наготове в правой руке. По команде «Марш!» капитаны команд начинают передвигаться вперед скачками. Игроки продвигаются до поворотных пунктов, делают поворот и возвращаются обратно скачками на другой ноге. После передачи эстафеты следующему игроку капитаны становятся в хвост своей команды.

Передача эстафеты повторяется поточно (без перерыва) 3—4 раза всеми игроками команды.

**«Не давай мяч водящему».** В игре участвуют 5—6 человек. Один из них водящий. Он встает в центре круга, держит набивной мяч в руках. Остальные игроки стоят в кругу, лицом к центру. Водящий бросает мяч любому игроку, стоящему в кругу. Игра начинается. Игроки, стоящие в кругу, перебрасывают мяч (через круг или по кругу), а водящий старается дотронуться до мяча рукой. Как только он это сделал, его сменяет игрок, от которого пришел мяч. Если водящий устал, инструктор должен назначить другого водящего.

**«Пятнадцать передач».** Играют одновременно несколько команд, каждая из которых состоит из трех игроков под номерами 1, 2, 3. Они становятся в одну шеренгу на расстоянии 7—8 м друг от друга.

Центральный игрок (№ 2) по сигналу преподавателя бросает набивной мяч своему партнеру слева (№ 1). Тот ловит мяч и бросает его через центрального игрока вправо № 3, который возвращает мяч центральному игроку. Это считается одной передачей. Игра продолжается до 15 передач.

Центральный игрок каждый раз должен объявлять номер законченной передачи. Если мяч у какой-либо команды упал, то она должна поднять его и начать передачу сначала.

Команда, выполнившая первой 15 передач, выигрывает.

**«Хоккей с набивным мячом».** Игру проводят наподобие обычного хоккея с мячом. Ширина ворот 3 м. Мяч разрешается бросать, катать по земле только одной рукой. Состав команд — по 5—6 человек. Каждая команда имеет вратаря, который имеет право брать мяч двумя руками. Можно играть и без вратаря, тогда ширина ворот — 1 м. Вокруг ворот (в радиусе 3 м) устанавливается запретная зона, куда нельзя входить во время игры ни защитникам, ни нападающим. Мяч, оставшийся в этой зоне, вводится в игру выбрасыванием из-за боковой линии защищающейся командой.

Инструктор подбрасывает мяч вверх (как в баскетболе), и команды вступают в борьбу за мяч. Если игрок схватил мяч одновременно двумя руками, то назначается штрафной бросок, который выполняется одной рукой с 7 м.

**«Бежал с мячиком».**

Чертят дугу, позади которой размещают две команды игроков, выстроенных в колонну по одному. Назначают двух ведущих, один из них находится за дугой посередине между командами, держа в руках мячик, а

второй стоит впереди на определенном расстоянии от первого. Расстояние между двумя ведущими может быть произвольным и зависит от времени и подготовки воспитанников.

После сигнала инструктора ведущий, находящийся за дугой, передает мячик по земле второму водящему. Участники по одному с каждой команды бегут за мячиком. Команда, представитель которой первым тронет мячик, получает очко. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не примут в ней участие.

#### **«Бежал по прямой дорожке с ускорением».**

Размечают три параллельные линии. Две первые — стартовые — находятся на расстоянии 5—7 м одна от другой, третья — финишная — находится на расстоянии 15—20 м от стартовых линий. Участников делят на две команды, одну из них выстраивают на одной, другую — на другой стартовой линии. По сигналу тренера игроки обеих команд начинают бег. Задача игроков — добежать до финиша, не дав обогнать себя игрокам другой команды. Настигнутым считается игрок, до которого дотронулись рукой. За каждого настигнутого игрока команда получает 1 очко.

**«Челночный бег».** Размечают две стартовые линии на расстоянии 20—30 м одна от другой. Игроки принимают низкий или высокий старт.

По сигналу стартуют первые номера, которые бегут ко вторым и касаются их рукой. Вторые — бегут к третьим и т.д. Выигрывает команда, первой занявшая свои первоначальные места.

**«Эстафета — преследование».** Участвуют две команды, бегуны имеют порядковые номера. Белые бегуны с четными номерами находятся на линии Б, а белые бегуны с нечетными номерами — на линии А. Четные номера черных стартуют с линии А, а нечетные номера черных — с линии Б.

Первые номера стартуют одновременно с линии А и с линии Б, делают полкруга по беговой дорожке и передают эстафету своим вторым номерам; вторые номера на противоположной прямой передают эстафету своим третьим номерам и т.д. Нужно внимательно следить за расстановкой бегунов перед стартом. В случае необходимости перед соревнованием, чтобы избежать ошибок, можно дать указание команде пробежать очень сокращенную дистанцию в том же составе.

#### **Подвижные игры, направленные на преимущественное развитие выносливости**

**«Кто быстрее перенесет предметы».** Занимающихся делят на две команды. Каждой команде принадлежат различные предметы в ящиках. По сигналу тренера каждая команда должна захватить как можно больше предметов из ящика противника и перенести их в свой ящик. За одну пробежку разрешается брать только один предмет. Все команды в начале игры имеют одинаковое количество предметов.

**«Охотники» и «зайцы».** Две команды имеют один мяч. Все «зайцы» стоят на игровом поле, «охотники» равномерно распределены вокруг. По сигналу первый «охотник» выбегает на поле, чтобы поразить мячом

«зайца». Как только он это делает, мяч передается второму «охотнику» и т.д. Когда «охота» будет закончена, засекается время. Игроки меняются ролями

**«Гонка с выбыванием».** С помощью флажков размечают круг диаметром 9—12 м, на нем проводят линию старта-финиша.

По сигналу все участники игры одновременно начинают бег по внешней стороне круга против часовой стрелки. После каждого круга (или двух кругов) из игры выбывает участник, который последним пересек контрольную линию старта. Постепенно менее выносливые отсеиваются. Победителем объявляют того, кто остается лидером, т.е. самый выносливый и быстрый игрок. По усмотрению руководителя участники могут бежать с набивным мячом, надеть пояса с отягощением, рюкзаки с грузом.

**«Нападают пятерки».** Играют три команды на баскетбольной площадке. Вторая и третья пятерки строят зонные защиты, каждая под своим щитом. Мяч — у игроков первой пятерки, находящейся в произвольном порядке лицом ко второй пятерке. У игроков команд майки разного цвета.

По сигналу игроки первой пятерки нападают на щит второй пятерки, стараясь забросить мяч в корзину. Как только игрокам второй пятерки удастся перехватить мяч, они, не останавливаясь, нападают на щит третьей пятерки. Первая пятерка, потерявшая мяч, строит зонную защиту на месте второй пятерки. Третья пятерка, овладевшая мячом, начинает нападение на первую пятерку и т.д. Команда, забросившая мяч, получает очко и строит зонную защиту, а проигравшие идут в нападение.

Время игры зависит от подготовленности занимающихся. Игру проводят по упрощенным правилам.

## Календарно-тематическое планирование реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Золотой мяч»

Сентябрь

**1неделя 1.2. Дата:**

**Тема:** Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Вводное занятие, просмотр видео о футболе. Инструктаж по технике безопасности.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение связки приемов «остановка движущегося навстречу мяча с последующим ударом по нему средней и внутренней частью подъема стопы»; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<p><i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м — ходьба, 20 м — бег); бег враспынную; По сигналу переход к бегу боковым галопом.</p> <p>Инструктаж по ТБ.</p> <p>Беседа о футболе и правилах игры.</p> <p>История развития футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Общие понятия о гигиене. Режим дня и его значение для юного спортсмена.</p>	3-5 мин
<b>2.Основная часть</b>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1. Догони мяч, выполняется самостоятельно 5-10 раз</p> <p>2. Попади в ворота 5-6 раз</p> <p>3. Обведи не зацепи, нужно провести мяч змейкой вокруг ориентиров</p> <p><b>Подвижная игра «Бой петухов».</b> На земле (полу) чертят круг диаметром 3—4 м. Играющих делят на две команды, которые выстраивают в две шеренги около круга одна против другой. В каждой команде выбирают капитана. Капитан посылает по одному игроку — «петуху» — в круг. Каждый из них встает на одну ногу, другую подгибает, руку кладет за спину. По сигналу руководителя «петухи», прыгая на одной ноге, начинают выталкивать плечом друг друга из круга или стараются заставить своего противника встать на обе ноги. Победитель выигрывает очко для своей команды. Затем идет в круг следующая пара «петухов» (по усмотрению капитанов) и т.д. Игра продолжается до тех пор, пока все не побывают в роли «петухов». Выигрывает команда, игроки которой одержали больше побед.</p>	15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	<p>Спокойная ходьба. Обсуждение занятия.</p>	3-5 мин

## Беседа с детьми для знакомства с игрой футбол.

Беседа: Учимся играть в футбол (о технике игры в футбол)

Ребята, вы смотрели по телевизору футбольный матч вместе с папой? Вы видели, сколько болельщиков на трибунах?

И снова мы спешим на стадион –

И никуда от этого не деется.

Кто магией футбола увлечен

Того не покидает детство.

А почему футбол привлекает столько зрителей? Да потому, что футболисты, как артисты, демонстрируют свои таланты, соревнуются в умении вести мяч, бить по нему.

Хотите поиграть? Начертите на асфальте большой круг. Возьмите мяч. А теперь постарайтесь ногой вести мяч по кругу, не сходя с линии. Мяч укатился далеко за круг? Не расстраивайтесь: у вас все впереди. Если хотите стать футболистами, вы должны научиться управлять мячом, а не мяч должен управлять вами. Помогут вам мои советы. Перемещение игрока. Играя в футбол, вы должны уметь выполнять перемещения в виде ходьбы, медленного бега, бегать лицом и спиной вперед, приставными и скрестными шагами в сторону, прыгать, владеть своим телом, внезапно останавливаться и поворачиваться во время бега и на месте. Удары по мячу. Ударами забивают мяч в ворота соперника, ударами же передают мяч партнеру, ведут мяч. Футболисты применяют удары по мячу ногой и головой (в старшем возрасте). Удар внутренней стороной стопы – самый точный из всех ударов. При ударе с места надо наклонить туловище над мячом, ногу отвести для замаха назад и затем внутренней стороной стопы ударить по мячу. Такой удар можно выполнить и с разбега. Чем ниже к мячу будет приложена сила удара, тем круче вверх он поднимется, и наоборот. Если выполняется удар подъемом ноги, то по мячу можно ударить серединой, внутренней и внешней частью подъема.

Удар серединой подъема отличается большой скоростью полета мяча. Он выполняется с разбега. Опорная нога ставится сбоку от мяча. У бьющей ноги носок оттянут. При ударе опорная нога приподнимается на носок, чтобы бьющая нога не задела носком землю.

Для удара внешней частью подъема нужно в момент замаха повернуть бьющую ногу носком внутрь. Удар внутренней частью подъема – самый распространенный. Он выполняется так же, как и серединой подъема. Но в последний перед ударом момент надо развернуть носок ноги. Удары могут выполняться по неподвижному мячу, катящемуся, летящему и отскочившему от земли мячу.

Удар по движущемуся мячу выполнить труднее, чем по неподвижному, потому что в этом случае нужно согласовывать свои движения с движениями мяча во времени и расстоянию.

Остановка катящегося мяча дает возможность игроку овладеть им и продолжать дальнейшее игровое действие: передачу, ведение мяча, удар по воротам.

Самое главное при остановке мяча – чтобы он не отскочил от ноги игрока.

При остановке катящегося мяча внутренней стороной стопы тяжесть тела приходится на опорную ногу.

Останавливающая нога выносится немного вперед и при соприкосновении с мячом делает отступающее движение назад до уровня опорной. Скорость мяча гасится, и он останавливается.

Остановка катящегося мяча подошвой. Принимающая нога, согнутая в колене, выносится навстречу мячу. Носок приподнят, пятка находится над землей на расстоянии 5 – 10 см от нее. При соприкосновении с мячом принимающая нога выполняет отступающее движение назад и гасит скорость мяча. Остановить опускающийся мяч можно подошвой и внутренней стороной стопы.

Ведение мяча. Вести мяч можно как бегом, так и шагом, ударяя его одной ногой или поочередно: то правой, то левой. При ведении мяча по прямой линии наиболее удобно наносить удары внешней частью подъема стопы, а по кривой – внутренней частью подъема.

Чтобы отобрать мяч, нужно угадать намерение соперника, владеющего мячом, и послать ногу навстречу мячу. При этом старайтесь не толкнуть соперника, не ударить его по ноге. Вбрасывание мяча. Если во время игры мяч ушел за линию поля, то выполняется вбрасывание мяча из-за боковой линии: взять мяч обеими руками; пальцы расставлены, ноги – в положении небольшого шага или параллельно; поднять мяч вверх, слегка прогнуться назад и потом быстро бросить его своему игроку, выпрямляя руки

### Сентябрь

#### 1 неделя 3.4. Дата:

**Тема:** Втягивающая тренировка. Специальные упражнения.

#### Образовательная деятельность «Физическое развитие»

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение связки приемов «остановка движущегося навстречу мяча с последующим ударом по нему средней и внутренней частью подъема стопы»; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота

Части занятия	Содержание	Дозировка
1. Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м — ходьба, 20 м — бег); бег врассыпную; Инструктаж по ТБ. Ходьба - обычная, на носках с разным положением рук, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы, с высоким подниманием колена (бедра).	3-5 мин
2. Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1. Упражнения в парах на месте. Передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы. 2. Обведи не зацепи, нужно провести мяч змейкой вокруг ориентиров 3-5 раз 3. У каждого игрока мяч. Одновременное ведение мяча всеми игроками на площадке 20 м x 20 м, мяч вести - внутренней частью подъема. <b>«Чехарда парами».</b> Инструктор распределяет учеников по парам (из занимающихся одинакового роста) и указывает направление движения каждой паре. По команде первые номера выполняют опорный прыжок ноги врозь через вторых номеров. После прыжка первые проходят 4 шага вперед и принимают исходное положение. Затем вторые номера прыгают через первые и т.д. Чтобы правильно принять исходное положение, следует встать боком или спиной к партнеру, ноги поставить немного шире плеч, опереться руками в колено противостоящей ноги и подогнуть голову к груди.	15 мин
3. Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки.	3-5 мин



## Сентябрь.

**2 неделя 5.6. Дата:**

**Тема:** Техническая подготовка

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение связки приемов «остановка движущегося навстречу мяча с последующим ударом по нему средней и внутренней частью подъема стопы»; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота

Части занятия	Содержание	Дозировка
1. Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба широким шагом, приставным шагом правым и левым боком, лицом вперед, спиной вперед, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Инструктаж по ТБ.	3-5 мин
2. Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1. Упражнения в парах на месте. Передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы. 2. Обведи не зацепи, нужно провести мяч змейкой вокруг ориентиров 3-5 раз 3. У каждого игрока мяч. Одновременное ведение мяча всеми игроками на площадке 20 м х 20 м, мяч вести - внутренней частью подъема стопы.  <b>Подвижная игра «Сдвинуть с места».</b> Двое, стоя лицом друг к другу, вытягивают руки вверх- вперед и охватывают руки партнера своими ладонями. Позади каждого из партнеров в 3—4 м от них обозначают линию. По команде каждый из играющих пытается сдвинуть партнера за линию. Тот, кто сделает это, объявляется победителем.	15 мин
3. Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки.	3-5 мин

## Сентябрь.

**2 неделя 7.8. Дата:**

**Тема:** Техническая подготовка

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение связки приемов «остановка движущегося навстречу мяча с последующим ударом по нему средней и внутренней частью подъема стопы»; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см.). Обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот; Инструктаж по ТБ.	3-5 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Упражнения в парах на месте. Передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы. 2.Обведи не зацепи, нужно провести мяч змейкой вокруг ориентиров 3-5 раз 3.У каждого игрока мяч. Одновременное ведение мяча всеми игроками на площадке 20 м х 20 м, мяч вести - внутренней частью подъема стопы.  <b>Подвижная игра «Борьба за предмет».</b> Двое воспитанников захватывают мяч или эстафетную палочку. Захват должен быть прочным. По команде каждый из игроков старается вырвать предмет у партнера. Упражнение выполняется 3 раза. Партнера нельзя толкать, а также сваливать с ног с помощью подножки и других подобных приемов.	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки.	3-5 мин

### Сентябрь.

**3 неделя 9.10. Дата:**

**Тема:** Техника удара по мячу

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение связки приемов «остановка движущегося навстречу мяча с последующим ударом по нему средней и внутренней частью подъема стопы»; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъема) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4м. Инструктаж по ТБ.	3-5 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Упражнения в парах на месте. Передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы.	10-15 мин

<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>2.Обведи не зацепи, нужно провести мяч змейкой вокруг ориентиров 3-5 раз</p> <p>3.У каждого игрока мяч. Ведение мяча всеми игроками на площадке 20 м х 20 м, мяч вести - внутренней частью подъема стопы.</p> <p><b>Подвижная игра «Перетягивание одной рукой».</b> Обозначают две линии на расстоянии 8 м одна от другой. Играющие становятся правым боком друг к другу на середине этого восьмиметрового отрезка и схватываются правыми руками. Каждый из играющих старается перетянуть партнера за обозначенную линию. При повторении упражнения играющие перетягивают друг друга левыми руками.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>
--------------------------------------	---	----------------

### Сентябрь.

#### 3 неделя 11.12. Дата:

**Тема:** Бег, изучение упражнения «квадрат».

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение связки приемов «остановка движущегося навстречу мяча с последующим ударом по нему средней и внутренней частью подъема стопы»; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом.</p> <p>Инструктаж по ТБ.</p>	<p>3-5 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1. Упражнения в парах на месте. Передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>2. Обведи не зацепи, нужно провести мяч змейкой вокруг ориентиров 3-5 раз</p> <p>3. У каждого игрока мяч. Одновременное ведение мяча всеми игроками на площадке 20 м х 20 м, мяч вести - внутренней частью подъема стопы.</p> <p><b>Подвижная игра «Перетягивание одной рукой».</b> «Передать мяч». Игру проводят на ковре или матах. Выбирают двух водящих (их число по ходу игры может быть доведено до четырех), а остальные игроки садятся по кругу ногами в центр. Интервалы между игроками — вытянутые руки. Играющим дают слабо надутый футбольный мяч. По сигналу участники перебрасывают его по кругу руками, а</p>	<p>10-15 мин</p>

<b>3.Заключительная часть</b>	<p>водящие, передвигаясь любым способом, стараются перехватить мяч или выбить его из рук сидящего, а затем передать другому сидящему по кругу игроку. После этого водящий занимает место потерявшего мяч, который становится водящим. Игра усложняется тем, что, после того как один из водящих овладеет мячом, на него могут нападать остальные водящие и игрок из круга, потерявший мяч. Борьба длится до тех пор, пока мяч не будет передан одному из сидящих. Сделавший эту передачу выходит из круга и занимает место потерявшего мяч.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	3-5 мин
-------------------------------	--	---------

### Сентябрь.

#### 4 неделя 13.14. Дата:

**Тема:** Упражнения для развития быстроты

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение связки приемов «остановка движущегося навстречу мяча с последующим ударом по нему средней и внутренней частью подъема стопы»; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут.</p> <p>Инструктаж по ТБ.</p>	3-5 мин
<b>2.Основная часть</b>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>По команде касаться носком центра мяча, лежащего неподвижно.</li> <li>Удар носком ноги по неподвижно лежащему мячу в воротики с расстояния 2,5 – 3,5 м с места.</li> <li>Удар носком ноги по неподвижному мячу в воротики с разбега с расстояния 2,5 – 3,5 м.</li> </ol> <p><b>Подвижная игра «Часовые и разведчики» («Два лагеря»).</b> Игроков делят на две равные команды — «часовых» и «разведчиков» — и выстраивают в шеренги вдоль двух противоположных сторон площадки на расстоянии 10—20 м одна от другой. Перед носками играющих чертят линии. Посередине площадки на одинаковом расстоянии от команд рисуют кружок. В него кладут мяч или другой предмет. Команда «разведчиков» должна унести мяч, а команда «часовых» — стеречь его.</p> <p>По сигналу инструктора два игрока (крайние с правого фланга</p>	10-15 мин

<b>3.Заключительная часть</b>	каждой шеренги) — «разведчик» и «часовой» — выбегают на середину площадки к мячу.  Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин
-------------------------------	--	---------

## Сентябрь.

### 4 неделя 15.16. Дата:

**Тема:** Основные способы развития специальной физической подготовки.

### **Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Перестроение по свистку в колонну, бег с прыжком в высоту. Инструктаж по ТБ.	3-5 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1. Удар носком ноги по неподвижно лежащему мячу в ворота (шириной 2 – 2,5м) с расстояния 2,5 – 3,5 м с места. 2. Удар носком ноги по неподвижному мячу в воротики с разбега с расстояния 3 – 4 м. 3. Передача мяча друг другу, стоя на расстоянии 2 – 2,5 м друг от друга, в паре (тройке) с места. <b>Подвижная игра «Разведчик»</b> должен унести мяч к себе. «Часовой» следует за ним и не дает унести мяч, осаливая «разведчика», если тот мяч схватит. Чтобы отвлечь внимание «часового», «разведчик» обязан повторять его движения и в то же время следить за мячом. Если «разведчик» схватит мяч, «часовой» старается его поймать и взять в плен. Если «часовой» не поймает «разведчика» с мячом до его лагеря, то сам идет в плен и становится со своим победителем на левом фланге шеренги или сбоку от нее. Игру продолжают до тех пор, пока все участвующие не побывают в роли «часовых» или «разведчиков». В конце игры подсчитывают «пленных» в каждой команде. Выигрывает команда, имеющая больше «пленных». Затем все повторяют еще раз, поменявшись ролями. После второй игры опять подсчитывают «пленных». Побеждает команда, сумевшая в роли «часовых» и «разведчиков» захватить больше «пленных». В «Два лагеря» можно играть и один раз.	10-15 мин

	В этом случае, чтобы уравнять условия игры, в каждой команде рассчитываются на первый-второй. Играющие под первым номером в одной команде становятся «разведчиками», в другой — «часовыми».	
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Октябрь

**4 неделя 17.18. Дата:**

**Тема:** Основные способы развития специальной физической подготовки.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике;; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Бег в колонне по одному, по двое, старты из разных исходных положений, в разных направлениях, с разными заданиями, с преодолением препятствий. Инструктаж по ТБ.	3-5 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Эстафета: отбивание мяча рукой об пол с продвижением вперед до ориентира. 2.Удар носком ноги на точность в уменьшенные ворота (1,5-1,7 м) без вратаря. 3. Перебрасывание мяча друг другу, в тройке на расстоянии 2-3 м. <b>Подвижная игра «Разведчик»</b> <b>Подвижная игра «Гонка мячей по кругу».</b> Спортсмены становятся в круг на расстоянии вытянутых в стороны рук и рассчитываются на первые и вторые номера. Первые номера — одна команда, вторые — другая. Двух игроков, стоящих рядом, назначают капитанами и дают им по мячу. По сигналу капитаны начинают передавать (перебрасывать) мячи по кругу. Один вправо, другой — влево (своим ближайшим игрокам), т.е. через одного. Мячи перекидываются до тех пор, пока они не возвратятся к капитанам. Выигрывает команда, сумевшая быстрее пронести мяч по всему кругу. Получив мяч, капитан поднимает руки с мячом вверх. Игру можно проводить несколько раз подряд.	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Октябрь.

**1 неделя 19.20. Дата:**

**Тема:** Упражнения с мячом

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу. Инструктаж по ТБ.	3-5 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> Передача мяча носком ноги друг другу, стоя в паре (расстояние в паре 2 м) Подбежав с расстояния 2-3м к 5-6 мячам, лежащим на одной линии, выполнить пяткой поочередно удары по ним. Удар пяткой по неподвижно лежащему мячу в ворота шириной 2,5 м с расстояния 2,5-3 м.  <b>«Передача набивного мяча назад».</b> Участников строят в шеренгу. В каждой команде должно быть нечетное количество играющих. Они становятся на расстоянии от 2 до 2,5 м один от другого. Не сдвигая ног с места, первый номер поворачивает корпус влево и бросает мяч следующему стоящему за ним, который, повернувшись вправо, бросает его третьему номеру; третий, повернувшись влево, бросает его четвертому; так мяч передают последнему в шеренге. Этот играющий с набивным мячом бежит в голову колонны, встает на указанное выше расстояние перед первым номером и передает ему мяч, повернувшись влево. Таким образом, набивной мяч переходит из рук в руки, причем передачи производятся поочередно то в правую, то в левую стороны. Соревнования проводят между несколькими командами. Выигрывает та команда, которая первой вернется в свое первоначальное построение.	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Октябрь.

**1 неделя 21.22. Дата:**

**Тема:** Упражнения с мячом.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<i><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b></i> Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.С 5-6 попыток подряд выполнить удар носком ноги с расстояния 3-4 м с места на точность в уменьшенные ворота (1,5-1,7м) без вратаря.</p> <p>2. Удар в ворота по неподвижному мячу пяткой с места.</p> <p>3. Передача мяча в паре, ударяя пяткой (расстояние между партнерами 2-2,5м)</p> <p><b>«Бег вдвоем на трех ногах».</b> Участвуют несколько команд. В каждой из них участники делят по парам, связывают у каждой пары шейным платком находящиеся близко одна к другой ноги по щиколотке. По сигналу связанная пара участников уходит с линии старта, делает поворот вокруг фланга и возвращается на линию старта; следующая пара принимает старт, как только первая пара пересечет линию финиша</p> <p><b>«Передача (гонка) мячей над головой, под ногами и комбинированная».</b></p> <p>Дети делятся на 2—4 равные команды. Каждую команду выстраивают в колонну по одному одну параллельно другой. Игроки в шеренгах стоят на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У стоящих впереди — по мячу. По сигналу тренера впереди стоящие передают мяч над головой стоящим сзади них. Те таким же образом передают мяч другим сзади стоящим, и так до конца. Каждый раз последний игрок в колонне, получив мяч, бежит справа от своей колонны, становится первым и передает мяч назад над головой. Так продолжается до тех пор, пока игрок, начавший игру, не вернется на свое исходное место в колонне.</p>	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин



## Октябрь.

**2 неделя 23.24. Дата:**

**Тема:** Закрепление защитной стойки. Перемещение приставным шагом.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперед. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Предполагаемые результаты:** В процессе занятия совершенствовалось качество выполнения упражнений прыжки.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> . Бег в колонне по одному, по двое, старты из разных исходных положений, в разных направлениях, с разными заданиями, с преодолением препятствий. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.В паре на расстоянии 3-4 м друг от друга. Один игрок бросает мяч из-за плеча правой (левой) рукой. Другой игрок возвращает ему мяч, ударяя по мячу носком ноги. Потом игроки меняются местами. 2. В центре круга стоит водящий, который делает передачу мяча одному из игроков. Игрок не останавливая мяч, отбивает его, направляя в сторону водящего. 3. Имитационный удар по мячу серединой подъёма. <b>Подвижная игра «Передал — садись».</b> Играющих делят на две равные команды и выстраивают в параллельные шеренги. Каждая команда выбирает капитана, который встает напротив своей команды на расстоянии 5—8 шагов. У капитанов в руках по мячу. По сигналу инструктора капитан передает мяч (двумя руками от груди или другими установленными способами) первому игроку колонны, который ловит его, возвращает обратно капитану и сразу же принимает упор присев. Затем капитан обменивается передачами со вторым, третьим и остальными игроками команды. Каждый игрок, сделав ответную передачу, принимает упор присев. Когда последний игрок в шеренге отдает мяч капитану, тот поднимает его вверх, и вся команда быстро встает. Побеждает команда, закончившая передачу мяча первой и не нарушившая правил.	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Октябрь.

**2 неделя 25.26. Дата:**

**Тема:** Совершенствование защитной стойки. Закрепление перемещения приставным шагом.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперед. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<i><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b></i> . Бег в колонне по одному, по двое, старты из разных исходных положений, в разных направлениях, с разными заданиями, с преодолением препятствий. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> Перекатывание мяча от пятки к носку. Передача мяча в паре, ударяя пяткой с расстояния 2-3м. Удар с места по неподвижному мячу в стену с расстояния 3-4 м с постепенным увеличением силы удара. <b>Подвижная игра «По наземной мишени».</b> На каждой стороне волейбольной площадки у линии нападения чертят по два круга диаметром 1,5 м. Две команды располагают с разных сторон сетки. У игроков одной команды в правой (или левой) руке теннисный мяч. По сигналу два игрока от каждой команды одновременно устремляются к сетке. Игрок с мячом прыгает как можно выше и акцентированным движением кисти посылает мяч в один из кругов на стороне противника. Игрок за сеткой, ставя блок, старается помешать ему. За попадание в любой круг нападающий получает 2 очка, а если он обошел блок, но промахнулся (мяч приземлился в пределах площадки) — 1 очко.	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Октябрь.

**2 неделя 27.28. Дата:**

**Тема:** Удар внешней частью подъёма.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Предполагаемые результаты:** В процессе занятия совершенствовалось качество выполнения упражнений прыжки.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Бег в колонне по одному, по двое, старты из разных исходных положений, в разных направлениях, с разными заданиями. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.Удар внешней частью подъёма стопы с места, а затем с разбега по неподвижно лежащему мячу с целью попасть в кеглю, установленную в створе ворот (2-3м).</p> <p>2. Передача мяча пяткой под шнуром, натянутым на высоте 25-30см.</p> <p>3. Перекатывание мяча от пятки к носку.</p> <p><b>«Парные пятнашки».</b> Участники в шеренге «На первый-второй рассчитайся». Первые номера должны запомнить своего партнера, то есть второй номер. Вторые номера должны знать первые номера. Тренер предупреждает, что выбегать за пределы площадки не разрешается, и объясняет, что игра будет продолжаться 3 мин. Затем он дает команду «Приготовиться!» По этой команде первые номера разбегаются и становятся, где хотят, но в пределах площадки. Вторые номера в это время остаются в шеренге. Подав команду «Марш!», преподаватель засекает время. Первые номера стараются осалить ударом по плечу своего партнера. Если первый номер осалит партнера, игроки этой пары расходятся на 10 м и начинают играть сначала. Каждая пара подсчитывает, сколько раз первый номер осалил второго. Затем объявляется пятиминутный перерыв, в течение которого играющие отдыхают в ходьбе. Затем играют еще 3 мин, но водят уже вторые номера.</p>	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Октябрь.

**2 неделя 29.30. Дата:**

**Тема:** Упражнения для развития быстроты

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Бег со средней скоростью на 80-120м (2-4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3-5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30.Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Удар по мячу носком ноги. Расстояние до цели 3-3,5м. 2.Эстафета: боковой галоп до ориентира (мяч в руках); удар с места по мячу серединой подъёма по кеглям, стоящим на линии ворот; боковой галоп обратно. <b>«Вызов».</b> Группу разбивают на пары, примерно равные по силам на площадке, и указывают направление бега. Пути, по которым пробегают пары, не должны пересекаться. После того как все пары займут отведенные им места, тренер объясняет, в чем состоит упражнение: двое играющих становятся лицом друг к другу, при этом тот, кто начинает упражнение, становится спиной в сторону предлагаемого бега. Второй игрок стоит лицом к направлению предлагаемого бега, вытягивая вперед ладонь правой руки, согнутой в локте и прижатой к правому боку, а левой рукой из-за спины захватывает правый локоть. По сигналу инструктора играющий, стоящий спиной к направлению бега, ударяет три раза правой рукой по ладони партнера и с третьим ударом, повернувшись кругом, стремительно убегает от своего напарника. Тот стремится догнать убегающего и осалить его ударом по плечу. Это нужно сделать, пока убегающий не пересечет черту, которую проводят в 20—30 м от линии старта. После нескольких пробежек партнеры меняются ролями	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Октябрь.

**2 неделя 31.32. Дата:**

**Тема:** Техническая подготовка

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Прыжки через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, верёвку вперёд и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Перекачивание мяча от пятки к носку.</li> <li>2.Передача мяча в паре, ударяя пяткой с расстояния 2-3м.</li> <li>3.Удар с места по неподвижному мячу в стену с расстояния 3-4 м с постепенным увеличением силы удара.</li> </ol> <p><b>Подвижная игра «Хватай первым».</b> Каждой паре отводят отдельное место так, чтобы расстояние между парами составляло не менее 30 м. Играющие должны, повернувшись лицом друг к другу, стать на расстоянии 2 м один от другого, положить между собой какой-нибудь небольшой предмет, например эстафетную палочку, и принять условное исходное положение, которое может быть различным: сидя, в упоре присев, лежа на спине, в упоре лежа и др. Расставив пары по местам, инструктор командует: «Исходное положение принять!», проверяет, все ли правильно выполнили его команду. После этого он дает сигнал (свисток), по которому игроки каждой пары стремятся первыми схватить предмет. Схватив его, они бегут в любую сторону на расстояние 20 м. Если в это время партнер не успеет осалить убегающего, то тому игроку, который схватил предмет первым, засчитывается очко.</p>	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Октябрь.

**2 неделя 33.34. Дата:**

**Тема:** Удар внешней частью подъёма.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Предполагаемые результаты:** В процессе занятия совершенствовалось качество выполнения упражнений прыжки.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы. (парами, тройками). 2.Отбив мяч от пола рукой, ударом серединой подъёма посылать его через шнур. 3. Удар серединой подъёма по неподвижному мячу 4. Эстафета с мячом. «Печать». Группы по 5—6 человек. В каждой назначают водящего. Игрокам дают один мешочек с песком. Водящему запрещают убежать за пределы площадки. По команде инструктора водящий убегает от остальных игроков своей группы, перемещаясь по площадке в любом направлении. Остальные игроки также перемещаются по площадке и перекидываются мешочком с песком, которым они должны осалить водящего. Бросать мешок в водящего не разрешается, нужно при осаливании держать мешочек в руке, т.е. как бы поставить этим мешочком печать на водящего. Тот, кто осалит водящего, сам становится водящим.	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Ноябрь.

**1 неделя 35.36. Дата:**

**Тема:** Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Бег в	

часть	колонне по одному, по двое, старты из разных исходных положений, в разных направлениях, с разными заданиями. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1. Приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы (парами, тройками) передача мяча.</p> <p>2. Отбор мяча (отбивание ногой в выпаде).</p> <p>3. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрёстного и одноимённого движения рук и ног, перелезанием с пролёта на пролёт по диагонали.</p> <p><b>«Выбивание теннисным мячом».</b> Группу разбивают на две команды. По жребию определяют, какая команда будет водить, т.е. выбивать мячом игроков другой команды. Выбегать за пределы поля не разрешается.</p> <p>Инструктор бросает мяч одному из игроков водящей команды и подает сигнал к началу игры. Игроки команды водящих перебрасывают мяч друг другу и стараются попасть мячом в своих противников. Те увертываются. Игроки обеих команд свободно перемещаются по полю. Игрок, в которого попали мячом, покидает поле. Игра продолжается, пока все игроки не будут «выбиты».</p> <p>Время игры инструктор фиксирует по секундомеру. В следующий раз водит уже другая команда. Время, требующееся второй команде, чтобы окончить игру, также фиксируется.</p> <p>Команда, водившая меньшее время, объявляется победительницей.</p>	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Ноябрь.

**1 неделя 37.38. Дата:**

**Тема:** Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Бег в колонне по одному, по двое, старты из разных исходных положений, в разных направлениях, с разными заданиями. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин

<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b>  1.Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперёд;  2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд по наклонной поверхности.  3.Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров  <b>Подвижная игра «День и ночь».</b> На поле проводят две параллельные линии на расстоянии 2 м одна от другой. Вдоль каждой ставят команду. Количество игроков в командах должно быть одинаковым. Игрок одной команды имеет перед собой игрока второй команды. По сигналу играющие поворачиваются спиной к своим партнерам. Одна команда получает название «Ночь», другая — «День». Если звучит слово «Ночь», одноименная команда убегает, а команда «День» поворачивается кругом и догоняет «Ночь». Если называют «День», команды меняются ролями. Каждый игрок догоняет только своего партнера. Осаливает его он легким ударом руки по плечу. Осаливать нужно, пока игрок не добежал до линии, проведенной в 20 м от исходной черты, на которой располагаются игроки.  Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>10-15 мин</p> <p>3-5 мин</p>
<p><b>3.Заключительная часть</b></p>		

### Ноябрь.

**2 неделя 39.40. Дата:**

**Тема:** Техники отбивания мяча

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b>  1.Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4м), из положения, сидя ноги скрестно; через сетку.  2.Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами.  3.Отбивание; мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.  <b>Подвижная игра «Эстафета вокруг пункта»</b> Группу</p>	<p>10-15 мин</p>



<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>разбивают на команды, выстраивающиеся в шеренги. Капитаны команд становятся во главе команд. Впереди, на расстоянии 25—30 м, выставляют указатели поворота. При проведении игры в зале поворот не должен быть ближе 5 м от стены. Инструктор сообщает играющим, из какого исходного положения на старте они должны начинать бег, и строго контролирует соблюдение этого правила.</p> <p>Эстафету начинают по сигналу. Капитаны бегут до поворотного пункта, оббегают его, возвращаются и передают эстафету следующему номеру своей команды. Принимающий эстафету к этому времени должен стоять на старте в условленном исходном положении. Игрок, передавший эстафету, становится в затылок последнему игроку своей команды и ждет своей очереди снова бежать с эстафетной палочкой. Игра продолжается непрерывно до тех пор, пока каждый из участников не пробежит с эстафетой, по крайней мере, четыре раза. После этого игра заканчивается и выявляется победитель.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>
--------------------------------------	--	----------------

## Ноябрь.

### 2 неделя 41.42. Дата:

**Тема:** Перебрасывание набивных мячей.

#### **Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Инструктаж по ТБ. Упражнения с набивным мячом.</p>	2-3 мин
2.Основная часть	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Прыжки с высоты 40см, в длину с места (около 100см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребёнка, с разбега; (не менее 50см).</li> <li>2.Имитационные удары по мячу внешней стороной стопы.</li> <li>3.Удары внешней стороной стопы в ворота.</li> <li>4.Удары с разбега по мячу серединой подъёма.</li> </ol> <p><b>Подвижная игра «Эстафета по кругу»</b> Инструктор разбивает группу на команды по 6 человек. Каждая команда становится в круг, и игроки рассчитываются, начиная с капитанов, по порядку номеров. Игроки располагаются лицом в центр круга в 2 м один от другого.</p>	10-15 мин

<b>3.Заключительная часть</b>	<p>По сигналу инструктора первые номера (капитаны) делают поворот направо и бегут по внешнему кругу. Обежав круг, они становятся на свои места (которые занимают на площадке). Как только закончивший бег игрок приставит вторую ногу к опорной ноге, игрок, имеющий следующий номер, начинает бег по кругу. Так эстафета продолжается до последнего игрока команды. Последний игрок, окончив бег, поднимает руку и кричит: «Есть!». Инструктор определяет, какая команда выиграла состязание</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	3-5 мин
-------------------------------	--	---------

### Ноябрь.

#### 3 неделя 43.44. Дата:

**Тема:** Групповые упражнения с переходами.

#### **Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

<b>Части занятия</b>	<b>Содержание</b>	<b>Дозировка</b>
<b>1.Вводная часть</b>	<p><i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Построение самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько. Инструктаж по ТБ.</p>	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Отбив мяч от пола рукой, ударом серединой подъема посылать мяч через натянутый шнур. 2.Передача мяча в парах (тройках) внутренней стороной подъема стопы. 3.Эстафета: проползти по-пластунски с мячом в руках под дугой; добежать до ориентира, совершить удар по воротам; вернуться обратно, проползти по-пластунски с мячом в руках.</p> <p><b>Подвижная игра «Бег ловких»</b> Две или несколько команд общей группой становятся на старте. Четыре флажка или другие заметные предметы расставляются на расстоянии примерно 15 м один от другого. Перед забегом каждый участник кладет в пунктах I, II, III, IV (у древка каждого флажка) принадлежащий ему предмет, названный руководящим игрой.</p> <p>Команды стартуют одновременно. Пробежав к каждому пункту в последовательности II, III, IV и I, каждый участник разыскивает и как можно скорее собирает принадлежащие ему вещи, после чего вся команда должна</p>	10-15 мин

<b>3.Заключительная часть</b>	собраться в месте, указанном инструктором со старта.	3-5 мин
	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	

### Ноябрь.

**3 неделя 45.46. Дата:**

**Тема:** Общеразвивающие упражнения

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперёд, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Прокати яблочко, катание мяча подошвой, остановка по середине подъёма стопы. 2.Удар по мячу с разбега разными способами, правой и левой ногой. 3.Эстафета с бегом и прыжками. <b>Подвижная игра «Салки с футбольным мячом».</b> На площадке произвольно располагают 6—7 участников, один из которых «салка». Мяч находится у одного из игроков. По сигналу «салка» старается догнать и дотронуться до одного из игроков, которому остальные играющие стараются ногой своевременно дать пас. Игрока, владеющего мячом, салить нельзя. «Салка» должен преследовать другого игрока, которому также стараются передать мяч. Если «салка» коснулся мяча ногой или завладел им, то водящего сменяет тот, кто сделал неточную передачу. Игра длится 5—7 мин. Выигрывает тот, кто ни разу не был водящим или водил меньшее число раз. Игрок, по вине которого мяч вышел за пределы площадки, становится водящим.	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

### Ноябрь.

**4 неделя 47.48. Дата:**

**Тема:** Общеразвивающие упражнения

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Построение самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью. 2.Вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ног на дальность, и в коридор шириной 2м. 3.Удары по воротом разными способами правой и левой ногой. <b>Подвижная игра «Баскетбол»</b> В игре участвуют две команды по 5 человек в каждой. Игру начинают с центра поля; тренер подбрасывает мяч вверх и дает свисток. Игроки одной команды, завладев мячом, пытаются забросить его в корзину противника. В игре можно бросать мяч рукой, отнимать мяч у игрока другой команды только одной рукой. Нельзя проводить ведение мяча дважды — остановившись, нужно отдать мяч. Если игрок не ведет мяч, то ему не разрешается держать его в руках более 2 с. Запрещены толчки и захваты партнера, не разрешается игра головой и ногами.	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Ноябрь.

**4 неделя 49.50. Дата:**

**Тема:** Техника передвижения

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Бег в колонне по одному, по двое, старты из разных исходных	

<b>2.Основная часть</b>	положений, в разных направлениях, с разными заданиями. Бег спиной вперед. Инструктаж по ТБ. <b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой внутренней стороной стопы. 2.Внутренней и средней частями подъёма. 3.Удары по воротам (в стену), с расстояния от 2 до 4м 4.Ведение мяча по прямой и зигзагом, передовая его от одной ноги к другой внутренней стороной стопы.	2-3 мин
	<b>Подвижная игра «Получить мячик».</b> Инвентарь: мячик, шнурок. Основная цель — усвоение ритма выполнения последних трех шагов и отталкивания. Подвешивают на шнурке мячик на доступной атлетам высоте. Устанавливают очередность выполнения упражнений. Занимающийся выполняет три шага разбега, отталкивается одной ногой и старается дотронуться рукой до подвешенного на шнурке мячика. Высоту, на которой подвешен мячик, постепенно увеличивают. Для определения личного или командного первенства за каждый удачный прыжок начисляют одно очко. Удачным считается прыжок, в котором спортсмен коснулся рукой мячика. На каждой высоте выполняют одну попытку.	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

### Ноябрь.

#### 5 неделя 51.52. Дата:

**Тема:** Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.

#### Образовательная деятельность «Физическое развитие»

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Бег в колонне по одному, по двое, старты из разных исходных положений, в разных направлениях, с разными заданиями. Бег спиной вперед. Резкие остановки по сигналу инструктора. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу. 2. удары по воротам с места носком, пяткой, серединой подъёма, внешней стороной стопы. 3. Удар по мячу с разбега любым изученным способом. 4. Эстафета с бегом и с прыжками. <b>Подвижная игра «Толкание мяча в обруч».</b>	10-15 мин

<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>Инвентарь: гимнастический обруч, набивной мяч. Основная цель — обучение приему толкать мяч под правильным углом. Подвешивают обруч на высоте 2,5—3 м над землей. На расстоянии 3—4 м от обруча проводят линию, от которой будут толкать мяч. Одна команда становится за этой линией, а вторая занимает место на другой стороне от обруча в 3—4 м от него. Игроки одной команды поочередно толкают мяч так, чтобы он пролетел через обруч. Соперники подают мяч. Затем команды меняются местами. Каждое попадание в обруч оценивается в одно очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков.  Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>
--------------------------------------	---	----------------

### Декабрь.

**5 неделя 53.54. Дата:**

**Тема:** Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма. Закрепление удара пяткой.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров. 2. удар по мячу пяткой и носком ноги. 3. Удар по мячу в ворота с места внутренней стороной стопы. 4. удар по мячу с разбега в ворота внутренней стороной стопы. <b>Подвижная игра «Кто дальше прыгает на одной ноге или в положении приседа».</b> Занимающихся выстраивают в две или три колонны, показывают направление движения, объясняют, что нужно прыгать на одной ноге (без смены ног) или в положении приседа как можно дальше и остановиться. Следует предупредить, что темп прыжков не должен быть очень быстрым. По команде игроки, стоящие первыми в колоннах, начинают прыгать. После того как они продвинулись на 15—20 м, дается сигнал для начала движения игрокам, стоящим вторыми</p>	<p>10-15 мин</p>

<b>3.Заключительная часть</b>	в колоннах. Затем прыгают третьи и т.д. После этого объявляется победитель и повторяются прыжки на другой ноге.	3-5 мин
	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	

### Декабрь.

**1 неделя 55.56. Дата:**

**Тема:** Выбрасывание мяча руками

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резким разворотом и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Выбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ног на дальность, и в коридор шириной 2м. 2. Удары по мячу серединой подъёма с разбега с постепенным увеличением силы удара. 3. Удары по мячу в цель после передачи партнером с расстояния 2-3 м. <b>Подвижная игра «Челнок».</b> Дети распределяют по двум командам, которые становятся на противоположных сторонах площадки. Между ними проводят среднюю линию (линию старта). Капитаны команд по очереди посылают своих игроков к средней линии, от которой они должны совершать прыжок. Заранее устанавливают, что игроки одной команды будут прыгать (с места толчком двумя ногами) вправо от средней линии, а игроки другой команды — влево от нее. После начала игры, т.е. после прыжка первого игрока, отмечают место его приземления по пяткам. Игрок возвращается в свою команду, а с отметки его приземления в обратную сторону (к средней линии) прыгает игрок из команды противника. Длина его прыжка также отмечается, после чего в борьбу вступают вторые номера и т.д. Если последнему игроку (завершающему соревнование) удалось перепрыгнуть через среднюю линию — его команда побеждает, если не удалось — команда проигрывает.	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Декабрь.

**1 неделя 57.58. Дата:**

**Тема:** Закрепление ведения внутренней и внешней стороной стопы.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров. 2. Отработка удара внутренней стороной стопы по мячу в ворота с места и с разбега. 3. «Мяч в кругу» - передача мяча внутренней стороной стопы от водящего игрока, стоящим по кругу. 4. Удар мячом в цель после передачи партнером с расстояния 2-3 м. <b>Подвижная игра «Перемена мест».</b> Игроки двух команд, стоя в шеренгах лицом друг к другу на противоположных сторонах площадки (за линиями своих «домов»), приседают и кладут руки на колени. По сигналу все игроки, прыгая из глубокого приседа, продвигаются вперед, стараясь быстрее пересечь линию противоположного «дома». Побеждает команда, игроки которой, закончив прыжки, первыми пересекут противоположную линию. Затем следуют прыжки в обратную сторону, но в игре не участвует тот, кто пересек линию «дома» последним. Игра продолжается до тех пор, пока на площадке не останутся 2—3 самых выносливых прыгуна. По числу игроков на площадке нетрудно определить команду-победительницу: она сохранила больше прыгунов.	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Декабрь.

**2 неделя 59.60. Дата:**

**Тема:** Совершенствование ведения мяча.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**



**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров.</p> <p>2. «Мяч в кругу» - передача мяча внутренней стороной стопы от водящего игрока, стоящим по кругу.</p> <p>3. Удар мячом в цель после передачи партнером с расстояния 2-3 м.</p> <p>4. Отработка удара внутренней стороной стопы по мячу в ворота с места и с разбега.</p> <p><b>Подвижная игра «Толкай из круга».</b> Обозначают круг диаметром 4—6 м. Игроки (четное количество — 4 или 6) произвольно становятся в круг.</p> <p>По команде игроки начинают выталкивать друг друга из круга. Как только ступня или другая часть тела игрока коснется земли за линией круга, игрок выбывает из игры. Толкать разрешается только в грудь и плечи. Игрок, оставшийся в кругу последним, считается победителем.</p> <p><b>Подвижная игра «Перемена мест».</b></p>	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Декабрь.

**2 неделя 61.62. Дата:**

**Тема:** Ведение мяча носком.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой	2-3 мин

<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p>направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p> <p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.</li> <li>2.Свободно передвигаясь по залу, выполнять удары по мячу носком с разбега.</li> <li>3.Удар мячом по стоящему в центре круга предмету.</li> <li>4.Удар по мячу с места внутренней стороной стопы сквозь ворота (дугу)</li> </ol> <p><b>Подвижная игра «Пятнашки».</b> Инструктор объясняет группе, что в данной игре всем игрокам можно продвигаться только прыжками на одной ноге, менять опорную ногу не разрешается: тот, кто сменит ногу, становится водящим. Водящий, назначенный инструктором, должен запятнать любого из игроков ударом по плечу. В момент смены водящих игроки могут сменить опорную ногу, но, как только новый водящий приступит к выполнению своей роли, все должны передвигаться опять только на одной ноге.</p> <p>Инструктор может назначить несколько водящих в случае большого состава группы. Размеры площадки нужно ограничить ориентирами. Наиболее подходит для игры место размером баскетбольной площадки. Игрок, вышедший за пределы площадки, становится водящим.</p>	<p>10-15 мин</p>
<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>

## Декабрь.

**3 неделя 63.64. Дата:**

**Тема:** Закрепление техники ведения мяча

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот</li> </ol>	<p>10-15 мин</p>

<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>2.Передача мяча любым способом и остановка подошвой стопы. 3.Ведение мяча прямо попеременно то правой, то левой ногой. 4.Ведение мяча по коридору длиной 10м, постепенно уменьшая его ширину с 2м до 1м. <b>Подвижная игра «Какая команда прыгает дальше?».</b> Назначают двух капитанов команд. Остальных игроков делят на две команды. Инструктор показывает направление движения и объясняет условия игры. От начальной линии одновременно прыгают на одной ноге (не меняя ногу) по одному игроку из каждой команды. На том месте, где остановится или оступится на другую ногу прыгающий игрок, его меняет игрок соответствующей команды. Состязание начинается по сигналу. Все игроки идут вслед за прыгающим.  Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>
--------------------------------------	---	----------------

### Декабрь.

**3 неделя 65.66. Дата:**

**Тема:** Общеразвивающие упражнения с предметами.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b> 1. Упражнения с набивными мячами броски друг другу одной рукой от правого и левого плеча. 2.Броски одной и двумя руками через голову. 3.Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. 4.Упражнения с волейбольными, футбольными, теннисными мячами, гимнастическими палками, скакалкой. Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении  <b>Подвижная игра «Встречная эстафета с обменом набивными мячами (или другими предметами)».</b> Команды строят в шеренгу. Одну половину команды выстраивают у одной линии старта (А), другую — у противоположной линии (Б). Игроки всех команд, начинающие бег, держат в руках набивные мячи. По сигналу первые и пятые номера каждой команды</p>	<p>10-15 мин</p>

<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>продвигаются скачками в приседе (или на одной ноге) навстречу друг другу. Встретившись, они обмениваются набивными мячами (бросать мячи не разрешается), потом возвращаются к линиям старта, передают набивные мячи следующим игрокам своих команд, а сами становятся в хвосты колонн. Игрок, получивший мяч, повторяет действия первого. Эстафета повторяется потоком по 5-6 раз.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>
--------------------------------------	--	----------------

### Январь.

**4 неделя 67.68. Дата:**

**Тема:** Общеразвивающие упражнения с предметами.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнения в парах, в группах с передачами, бросками и ловлей мяча.</li> <li>2. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах, с вращением скакалки вперед и назад, прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе</li> <li>3. Остановка (прием) мяча подошвой ноги.</li> </ol> <p><b>Подвижная игра «Эстафета в скачках на одной ноге».</b> Группу разбивают на команды по 5—6 человек. В каждой команде назначают капитана. Затем капитаны выстраивают свои команды по одному у линии старта. В 15 м от старта против каждой команды должны быть поставлены стойки, обозначающие поворот. В зале стойки нужно ставить не ближе чем в 5—6 м от стены. По команде «На старт!» капитаны команд принимают положение стоя на одной ноге, держа эстафетные палочки наготове в правой руке. По команде «Марш!» капитаны команд начинают передвигаться вперед скачками. Игроки продвигаются до поворотных пунктов, делают поворот и возвращаются обратно скачками на другой ноге. После передачи эстафеты следующему игроку капитаны становятся в хвост своей</p>	<p>10-15 мин</p>

<b>3.Заключительная часть</b>	команды. Передача эстафеты повторяется поточно (без перерыва) 3—4 раза всеми игроками команды.	3-5 мин
	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	

### Январь

**4 неделя 69.70. Дата:**

**Тема:** Общеразвивающие упражнения с предметами.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<i><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b></i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1. Упражнения с малыми мячами: броски и ловля мяча после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену, на месте, в прыжке, после кувырка в движении. 2.Эстафета. Ведение мяча попеременно то правой, то левой ногой между набивными мячами. 3.Остановка (прием) мяча подошвой ноги. Игроки, построенные в круг, передают друг другу мяч любым способом, останавливая его подошвой ноги. <b>Подвижная игра «Не давай мяч водящему».</b> В игре участвуют 5—6 человек. Один из них водящий. Он встает в центре круга, держит набивной мяч в руках. Остальные игроки стоят в кругу, лицом к центру. Водящий бросает мяч любому игроку, стоящему в кругу. Игра начинается. Игроки, стоящие в кругу, перебрасывают мяч (через круг или по кругу), а водящий старается дотронуться до мяча рукой. Как только он это сделал, его сменяет игрок, от которого пришел мяч. Если водящий устал, инструктор должен назначить другого водящего.	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

### Январь

**2 неделя 71.72. Дата:**

**Тема:** Подвижные игры и эстафеты.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1. Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, с сопротивлением, на внимание, координацию движений. 2. Эстафета. Ведение мяча попеременно то правой, то левой ногой между набивными мячами. 3.Эстафета. Ведение мяча по коридору (длиной 10м) из веревок, постепенно уменьшая его длину до 1м. <b>Подвижная игра «Пятнадцать передач».</b> Играют одновременно несколько команд, каждая из которых состоит из трех игроков под номерами 1, 2, 3. Они становятся в одну шеренгу на расстоянии 7—8 м друг от друга. Центральный игрок (№ 2) по сигналу преподавателя бросает набивной мяч своему партнеру слева (№ 1). Тот ловит мяч и бросает его через центрального игрока вправо № 3, который возвращает мяч центральному игроку. Это считается одной передачей. Игра продолжается до 15 передач. Центральный игрок каждый раз должен объявлять номер законченной передачи. Если мяч у какой-либо команды упал, то она должна поднять его и начать передачу сначала. Команда, выполнившая первой 15 передач, выигрывает.	10-15 мин
<b>3.Заклучительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

**Январь.**

**2 неделя 73.74. Дата:**

**Тема:** Подвижные игры и эстафеты.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1. Эстафеты встречные и круговые, с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом, в различных сочетаниях перечисленных элементов. 2. Остановка (прием) мяча подошвой ноги. Игроки, построенные в круг, передают друг другу мяч любым способом, останавливая его подошвой ноги <b>Подвижная игра «Хоккей с набивным мячом».</b> Игру проводят наподобие обычного хоккея с мячом. Ширина ворот 3 м. Мяч разрешается бросать, катать по земле только одной рукой. Состав команд — по 5—6 человек. Каждая команда имеет вратаря, который имеет право брать мяч двумя руками. Можно играть и без вратаря, тогда ширина ворот — 1 м. Вокруг ворот (в радиусе 3 м) устанавливается запретная зона, куда нельзя входить во время игры ни защитникам, ни нападающим. Мяч, оставшийся в этой зоне, вводится в игру выбрасыванием из-за боковой линии защищающейся командой. Инструктор подбрасывает мяч вверх (как в баскетболе), и команды вступают в борьбу за мяч. Если игрок схватил мяч одновременно двумя руками, то назначается штрафной бросок, который выполняется одной рукой с 7 м.	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

### Январь.

2 неделя 75.76. Дата:

Тема: Упражнения для развития ловкости

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин

<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b>  1. Прыжки со скакалкой два вращения – один прыжок; жонглирование теннисных мячей (2-3 шт.). Подвижные игры: «Караси и щука», «Третий лишний», «День» и «ночь», «Пустое место», «Волк во рву», «Салки простые», «Белые медведи». Подвижные игры неспецифическими средствами футбола  2. Остановка (прием) мяча подошвой ноги. Игроки, построенные в круг, передают друг другу мяч любым способом, останавливая его подошвой ноги  <b>Подвижная игра «Бежал с мячиком».</b>  Чертят дугу, позади которой размещают две команды игроков, выстроенных в колонну по одному. Назначают двух ведущих, один из них находится за дугой посередине между командами, держа в руках мячик, а второй стоит впереди на определенном расстоянии от первого. Расстояние между двумя ведущими может быть произвольным и зависит от времени и подготовки воспитанников.  После сигнала инструктора ведущий, находящийся за дугой, передает мячик по земле второму ведущему. Участники по одному с каждой команды бегут за мячиком. Команда, представитель которой первым тронет мячик, получает очко. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не примут в ней участие.</p>	<p>10-15 мин</p>
<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>

### Январь.

**4 неделя 77.78. Дата:**

**Тема:** Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b>  1. Упражнения с набивными мячами, гантелями, на тренажерном оборудовании.  2.Переноска и перекладывание груза. Упражнения с резиновым амортизатором и др.</p>	<p>10-15 мин</p>



<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>3.Многоскоки с ноги на ногу; с двух на две, тройной и пятерной с места, многоразовые до 10 раз. Выпрыгивание вверх из приседа.</p> <p>4. Остановка (прием) мяча подошвой ноги. Игроки, построенные в круг, передают друг другу мяч любым способом, останавливая его подошвой ноги</p> <p><b>Подвижная игра «Бежал по прямой дорожке с ускорением».</b> Размечают три параллельные линии. Две первые — стартовые — находятся на расстоянии 5—7 м одна от другой, третья — финишная — находится на расстоянии 15—20 м от стартовых линий. Участников делят на две команды, одну из них выстраивают на одной, другую — на другой стартовой линии. По сигналу тренера игроки обеих команд начинают бег. Задача игроков — добежать до финиша, не дав обогнать себя игрокам другой команды. Настигнутым считается игрок, до которого дотронулись рукой. За каждого настигнутого игрока команда получает 1 очко.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>
--------------------------------------	---	----------------

### Январь.

**3 неделя 79.80. Дата:**

**Тема:** Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, выполняя в прыжке поворот направо и налево. 2.Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке.</p> <p>3.Многочисленные броски набивного мяча весом до 2 кг вверх в прыжке и ловля (мяч зажат спотами ног).</p> <p>4. Остановка (прием) мяча подошвой ноги. Игроки, построенные в круг, передают друг другу мяч любым способом, останавливая его подошвой ноги</p> <p><b>Подвижная игра «Челночный бег».</b> Размечают две стартовые линии на расстоянии 20—30 м одна от другой. Игроки принимают низкий или высокий старт. По сигналу стартуют первые номера, которые бегут ко вторым</p>	<p>10-15 мин</p>

<b>3.Заключительная часть</b>	и касаются их рукой. Вторые — бегут к третьим и т.д. Выигрывает команда, первой занявшая свои первоначальные места.  Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин
-------------------------------	--	---------

### Январь.

**4 неделя 81.82. Дата:**

**Тема:** Тактика нападения

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

<b>Части занятия</b>	<b>Содержание</b>	<b>Дозировка</b>
<b>1.Вводная часть</b>	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Эффективно использовать изученные технические приемы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации. 2.Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, выполняя в прыжке поворот направо и налево. 3.Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. <b>Подвижная игра «Эстафета — преследование».</b> Участвуют две команды, бегуны имеют порядковые номера. Белые бегуны с четными номерами находятся на линии Б, а белые бегуны с нечетными номерами — на линии А. Четные номера черных стартуют с линии А, а нечетные номера черных — с линии Б. Первые номера стартуют одновременно с линии А и с линии Б, делают полкруга по беговой дорожке и передают эстафету своим вторым номерам; вторые номера на противоположной прямой передают эстафету своим третьим номерам и т.д. <b>Нужно внимательно следить за расстановкой бегунов перед стартом.</b> В случае необходимости перед соревнованием, чтобы избежать ошибок, можно дать указание команде пробежать очень сокращенную дистанцию в том же составе.	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение	

часть	результатов тренировки	3-5 мин
-------	------------------------	---------

## Февраль

**1 неделя 83.84. Дата:**

**Тема:** Тактика нападения

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1. Взаимодействие с партнерами при равном соотношении с соперником, используя короткие и средние передачи. Взаимодействие двух и трех игроков. 2.Комбинации в парах: «скрещивание». Начало и развитие атаки из стандартных положений. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, выполняя в прыжке поворот направо и налево. 3.Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. <b>Подвижная игра «Кто быстрее перенесет предметы».</b> Занимающихся делят на две команды. Каждой команде принадлежат различные предметы в ящиках. По сигналу тренера каждая команда должна захватить как можно больше предметов из ящика противника и перенести их в свой ящик. За одну пробежку разрешается брать только один предмет. Все команды в начале игры имеют одинаковое количество предметов.	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Февраль

**1неделя 85.86. Дата:**

**Тема:** Тактика защиты

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1. Взаимодействие в обороне при численном большинстве сил соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнеров. 2. Организация противодействия комбинациям «скрещивание». Закрепление умения взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. 3. Закрепление умения организации и построение «стенки» 4. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. <b>Подвижная игра «Охотники» и «зайцы».</b> Две команды имеют один мяч. Все «зайцы» стоят на игровом поле, «охотники» равномерно распределены вокруг. По сигналу первый «охотник» выбегает на поле, чтобы поразить мячом «зайца». Как только он это делает, мяч передается второму «охотнику» и т.д. Когда «охота» будет закончена, засекается время. Игроки меняются ролями	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Февраль

**2неделя 87.88. Дата:**

**Тема:** Тактика защиты

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1 Организация обороны по принципу зонной защиты. 2.Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр. 3.Углубленное разучивание и закрепление. Подвижные и спортивные игры	10-15 мин

<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>по упрощенным правилам 4. Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал. <b>Подвижная игра «Гонка с выбыванием».</b> С помощью флажков размечают круг диаметром 9—12 м, на нем проводят линию старта-финиша. По сигналу все участники игры одновременно начинают бег по внешней стороне круга против часовой стрелки. После каждого круга (или двух кругов) из игры выбывает участник, который последним пересек контрольную линию старта. Постепенно менее выносливые отсеиваются. Победителем объявляют того, кто остается лидером, т.е. самый выносливый и быстрый игрок. По усмотрению руководителя участники могут бежать с набивным мячом, надеть пояса с отягощением, рюкзаки с грузом. Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>
--------------------------------------	---	----------------

## Февраль

**Знеделя 89.90. Дата:**

**Тема:** Тактика вратаря

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Закрепление умения организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; подсказывать партнерам при обороне, как занять правильную позицию. 2.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал. <b>Подвижная игра «Нападают пятерки».</b> Играют три команды на баскетбольной площадке. Вторая и третья пятерки строят зонные защиты, каждая под своим щитом. Мяч — у игроков первой пятерки, находящейся в произвольном порядке лицом ко второй пятерке. У игроков команд майки разного цвета.</p>	<p>10-15 мин</p>

<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>По сигналу игроки первой пятерки нападают на щит второй пятерки, стараясь забросить мяч в корзину. Как только игрокам второй пятерки удастся перехватить мяч, они, не останавливаясь, нападают на щит третьей пятерки. Первая пятерка, потерявшая мяч, строит зонную защиту на месте второй пятерки. Третья пятерка, овладевшая мячом, начинает нападение на первую пятерку и т.д. Команда, забросившая мяч, получает очко и строит зонную защиту, а проигравшие идут в нападение. Время игры зависит от подготовленности занимающихся. Игру проводят по упрощенным правилам.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>
--------------------------------------	---	----------------

## Февраль

**Знеделя 91.92. Дата:**

**Тема:** Интегральная подготовка

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p> <p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p> <p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.Упражнения интегрального характера: передачи мяча в парах в движении с использованием комбинации «скрещивание» с последовательным ударом по цели.</p> <p>2.Игры: 2 против 1, 3 против 1,4 против 2 с целевыми заданиями.</p> <p><b>Подвижная игра «Бой петухов».</b> На земле (полу) чертят круг диаметром 3—4 м. Играющих делят на две команды, которые выстраивают в две шеренги около круга одна против другой. В каждой команде выбирают капитана. Капитан посылает по одному игроку — «петуху» — в круг. Каждый из них встает на одну ногу, другую подгибает, руку кладет за спину. По сигналу руководи- теля «петухи», прыгая на одной ноге, начинают выталкивать плечом друг друга из круга или стараются заставить своего противника встать на обе ноги. Победитель выигрывает очко для своей команды. Затем идет в круг следующая пара «петухов» (по</p>	<p>2-3 мин</p> <p>10-15 мин</p>

3.Заклучительная часть	<p>усмотрению капитанов) и т.д. Игра продолжается до тех пор, пока все не побывают в роли «петухов». Выигрывает команда, игроки которой одержали больше побед.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	3-5 мин
------------------------	---	---------

## Февраль

**4неделя 93.94. Дата:**

**Тема:** Интегральная подготовка

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.Организация атаки при использовании противником обороны по принципу зонной защиты и организация обороны по принципу зонной защиты.</p> <p>2.Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке от ворот, выбор позиции и взаимодействие игроков при обороне, атака противника от своих ворот.</p> <p>3.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.</p> <p><b>Подвижная игра «Чехарда парами».</b> Инструктор распределяет учеников по парам (из занимающихся одинакового роста) и указывает направление движения каждой паре. По команде первые номера выполняют опорный прыжок ноги врозь через вторых номеров. После прыжка первые проходят 4 шага вперед и принимают исходное положение. Затем вторые номера прыгают через первые и т.д. Чтобы правильно принять исходное положение, следует встать боком или спиной к партнеру, ноги поставить немного шире плеч, опереться руками в колено противоположной ноги и подогнуть голову к груди.</p>	10-15 мин
3.Заклучительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Февраль

**4неделя 95.96. Дата:**

**Тема:** Интегральная подготовка

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обучение игре в квадратах 3 х3, 4х4, 5х5 с одним нейтральным.</li> <li>2.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, используя полученные навыки по заданию тренера</li> <li>3.Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4м), из положения, сидя ноги скрестно; через сетку.</li> <li>4.Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами.</li> <li>5.Отбивание; мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.</li> <li>6.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.</li> </ol> <p><b>Подвижная игра «Сдвинуть с места».</b> Двое, стоя лицом друг к другу, вытягивают руки вверх- вперед и охватывают руки партнера своими ладонями. Позади каждого из партнеров в 3—4 м от них обозначают линию. По команде каждый из играющих пытается сдвинуть партнера за линию. Тот, кто сделает это, объявляется победителем.</p>	10-15 мин
3.Заклучительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Февраль

**4неделя 97.98. Дата:**

**Тема:** Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель. Игра

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.



Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1 Ведение игры по избранной тактической системе и ее вариантов; 2.Взаимодействия игроков всех тактических линий команды; умения переходить в ходе состязания к другому варианту игры. 3.С 5-6 попыток подряд выполнить удар носком ноги с расстояния 3-4 м с места на точность в уменьшенные ворота (1,5-1,7м) без вратаря. 4. Удар в ворота по неподвижному мячу пяткой с места. 5. Передача мяча в паре, ударяя пяткой (расстояние между партнерами 2-2,5м) 6.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал. <b>Подвижная игра «Борьба за предмет».</b> Двое воспитанников захватывают мяч или эстафетную палочку. Захват должен быть прочным. По команде каждый из игроков старается вырвать предмет у партнера. Упражнение выполняется 3 раза. Партнера нельзя толкать, а также сваливать с ног с помощью подножки и других подобных приемов.	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

### Март

**1 неделя 99.100. Дата:**

**Тема:** Отбор мяча перехватом в движение

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1 Умение выдерживать высокий темп игры, правильно распределяя силы игроков вовремя состязания; менять темп,	10-15 мин

<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>ритм и характер игры в зависимости от создавшейся в состязании ситуации; разумно сочетать индивидуальные и коллективные действия.</p> <p>2.С 5-6 попыток подряд выполнить удар носком ноги с расстояния 3-4 м с места на точность в уменьшенные ворота (1,5-1,7м) без вратаря.</p> <p>3. Удар в ворота по неподвижному мячу пяткой с места.</p> <p>4. Передача мяча в паре, ударяя пяткой (расстояние между партнерами 2-2,5м)</p> <p>5.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.</p> <p><b>Подвижная игра «Перетягивание одной рукой».</b> Обозначают две линии на расстоянии 8 м одна от другой. Играющие становятся правым боком друг к другу на середине этого восьмиметрового отрезка и схватываются правыми руками.</p> <p>Каждый из играющих старается перетянуть партнера за обозначенную линию. При повторении упражнения играющие перетягивают друг друга левыми руками.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>
--------------------------------------	---	----------------

## Март

**1неделя 101.102. Дата:**

**Тема:** Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.Быстрота развития атаки из глубины обороны; создание численного превосходства в атаке за счет быстрых перемещений игроков.</p> <p>2. Получения мяча, освобождаясь от персональной опеки соперника и после передачи мяча партнеру.</p> <p>3.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.</p> <p><b>Подвижная игра «Передать мяч».</b> Игру проводят на ковре или матах. Выбирают двух водящих (их число по ходу игры может быть доведено до четырех), а</p>	<p>10-15 мин</p>

<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>остальные игроки садятся по кругу ногами в центр. Интервалы между игроками — вытянутые руки. Играющим дают слабо надутый футбольный мяч. По сигналу участники перебрасывают его по кругу руками, а водящие, передвигаясь любым способом, стараются перехватить мяч или выбить его из рук сидящего, а затем передать другому сидящему по кругу игроку. После этого водящий занимает место потерявшего мяч, который становится водящим. Игра усложняется тем, что, после того как один из водящих овладеет мячом, на него могут нападать остальные водящие и игрок из круга, потерявший мяч. Борьба длится до тех пор, пока мяч не будет передан одному из сидящих. Сделавший эту передачу выходит из круга и занимает место потерявшего мяч.</p> <p>Игру продолжают 10—12 мин. Отмечают лучших водящих и игроков, которые не были на их месте.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>
--------------------------------------	---	----------------

### Март

**2неделя 103.104. Дата:**

**Тема:** Ведение мяча + удар по воротам. Игра

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.Перекрывание всех игроков команды соперника после потери мяча, стараясь возможно быстрее вновь овладеть мячом; взаимопонимание и взаимостраховку; создание численного превосходства в обороне</p> <p>2.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.</p> <p><b>Подвижная игра«Часовые и разведчики» («Два лагеря»).</b> Играющих делят на две равные команды — «часовых» и «разведчиков» — и выстраивают в шеренги вдоль двух противоположных сторон площадки на расстоянии 10—20 м одна от другой. Перед носками играющих чертят линии. Посередине площадки на одинаковом расстоянии от</p>	<p>10-15 мин</p>

3.Заклучительная часть	<p>команд рисуют кружок. В него кладут мяч или другой предмет. Команда «разведчиков» должна уносить мяч, а команда «часовых» — стеречь его.</p> <p>По сигналу инструктора два игрока (крайние с правого фланга каждой шеренги) — «разведчик» и «часовой» — выбегают на середину площадки к мячу.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	3-5 мин
------------------------	---	---------

## Март

### 2 неделя 105.106. Дата:

**Тема:** Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.

#### **Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	2-3 мин
2.Основная часть	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.Быстрота организации атак, выполнение продольных и диагональных, средних и длинных передач.</p> <p>2.Тактические комбинации со сменой игровых мест в ходе развития атаки. Создание численного перевеса в атаке за счет подключения полузащитников и крайних защитников. Острота действия в завершающей фазе атаки.</p> <p>3.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.</p> <p><b>Подвижная игра «Разведчик»</b> должен унести мяч к себе. «Часовой» следует за ним и не дает унести мяч, осаливая «разведчика», если тот мяч схватит. Чтобы отвлечь внимание «часового», «разведчик» обязан повторять его движения и в то же время следить за мячом. Если «разведчик» схватит мяч, «часовой» старается его поймать и взять в плен. Если «часовой» не поймает «разведчика» с мячом до его лагеря, то сам идет в плен и становится со своим победителем на левом фланге шеренги или сбоку от нее.</p> <p>Игру продолжают до тех пор, пока все участвующие не побывают в роли «часовых» или «разведчиков». В конце игры подсчитывают «пленных» в каждой команде.</p> <p>Выигрывает команда, имеющая больше «пленных».</p>	10-15 мин

<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин
-------------------------------	---	---------

### Март

**Неделя 107. 108. Дата:**

**Тема:** Прием мяча различными частями тела.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Определение направления возможного удара, занимая в соответствии с этим занимать наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах. 2. Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне. 3.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал. <b>Подвижная игра «Гонка мячей по кругу».</b> Спортсмены становятся в круг на расстоянии вытянутых в стороны рук и рассчитываются на первые и вторые номера. Первые номера — одна команда, вторые — другая. Двух игроков, стоящих рядом, назначают капитанами и дают им по мячу. По сигналу капитаны начинают передавать (перебрасывать) мячи по кругу. Один вправо, другой — влево (своим ближайшим игрокам), т.е. через одного. Мячи перекидываются до тех пор, пока они не возвратятся к капитанам. Выигрывает команда, сумевшая быстрее пронести мяч по всему кругу. Получив мяч, капитан поднимает руки с мячом вверх. Игру можно проводить несколько раз подряд.	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

### Март

**Неделя 109.110. Дата:**

**Тема:** Передачи мяча. Игра в большой квадрат

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.Определение направления возможного удара, занимая в соответствии с этим занимать наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах.</p> <p>2.Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне.</p> <p>3.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.</p> <p><b>Подвижная игра «Передача набивного мяча назад».</b> Участников строят в шеренгу. В каждой команде должно быть нечетное количество играющих. Они становятся на расстоянии от 2 до 2,5 м один от другого. Не сдвигая ног с места, первый номер поворачивает корпус влево и бросает мяч следующему стоящему за ним, который, повернувшись вправо, бросает его третьему номеру; третий, повернувшись влево, бросает его четвертому; так мяч передают последнему в шеренге. Этот играющий с набивным мячом бежит в голову колонны, встает на указанное выше расстояние перед первым номером и передает ему мяч, повернувшись влево. Таким образом, набивной мяч переходит из рук в руки, причем передачи производятся поочередно то в правую, то в левую стороны. Соревнования проводят между несколькими командами. Выигрывает та команда, которая первой вернется в свое первоначальное построение.</p>	10-15 мин
3.Заклучительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Март

**4неделя 111.112. Дата:**

**Тема:** Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Слаженность действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника. 2.Усиление обороны за счет увеличения числа обороняющихся игроков. 3.В паре на расстоянии 3-4 м друг от друга. Один игрок бросает мяч из-за плеча правой (левой) рукой. Другой игрок возвращает ему мяч, ударяя по мячу носком ноги. Потом игроки меняются местами. 4. В центре круга стоит водящий, который делает передачу мяча одному из игроков. Игрок не останавливая мяч, отбивает его, направляя в сторону водящего. 5. Имитационный удар по мячу серединой подъёма. <b>Подвижная игра «Бег вдвоем на трех ногах».</b> Участвуют несколько команд. В каждой из них участников делят по парам, связывают у каждой пары шейным платком находящиеся близко одна к другой («внутренние») ноги по щиколотке. По сигналу связанная пара участников уходит с линии старта, делает поворот вокруг фланга и возвращается на линию старта; следующая пара принимает старт, как только первая пара пересечет линию финиша (старта).	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Март

### 4 неделя 113.114. Дата:

**Тема:** Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Создание численного перевеса в атаке за счет подключения	10-15 мин

3.Заклучительная часть	<p>полузащитников и крайних защитников.</p> <p>2. Острота действия в завершающей фазе атаки</p> <p>3. В центре круга стоит водящий, который делает передачу мяча одному из игроков. Игрок не останавливая мяч, отбивает его, направляя в сторону водящего.</p> <p>4. Имитационный удар по мячу серединой подъёма.</p> <p>5. Учебные и тренировочные игры 3x3, 4x4, 5x5, применяя в них изученный программный материал.</p> <p><b>Подвижная игра «Передача (гонка) мячей над головой, под ногами и комбинированная».</b></p> <p>Играющих делят на 2—4 равные команды. Каждую команду выстраивают в колонну по одному одну параллельно другой. Игроки в шеренгах стоят на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У стоящих впереди — по мячу.</p> <p>По сигналу тренера впереди стоящие передают мяч над головой стоящим сзади них. Те таким же образом передают мяч другим сзади стоящим, и так до конца. Каждый раз последний игрок в колонне, получив мяч, бежит справа от своей колонны, становится первым и передает мяч назад над головой. Так продолжается до тех пор, пока игрок, начавший игру, не вернется на свое исходное место в колонне, где он должен поднять мяч вверх и дать команду «Смирно!» своей команде. Вся группа встает по стойке «Смирно!». Побеждает команда, закончившая игру первой.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление.</p>	3-5 мин
------------------------	---	---------

## Апрель

**1неделя 115. 116. Дата:**

**Тема:** Двусторонняя учебная игра

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Слаженность действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника. 2.Усиление обороны за счет увеличения числа обороняющихся игроков. 3.Учебные и тренировочные игры 3x3, 4x4, 5x5, применяя в них изученный программный материал.	10-15 мин



<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p><b>Подвижная игра «Передал — садись».</b> Играющих делят на две равные команды и выстраивают в параллельные шеренги. Каждая команда выбирает капитана, который встает напротив своей команды на расстоянии 5—8 шагов. У капитанов в руках по мячу.</p> <p>По сигналу инструктора капитан передает мяч (двумя руками от груди или другими установленными способами) первому игроку колонны, который ловит его, возвращает обратно капитану и сразу же принимает упор присев. Затем капитан обменивается передачами со вторым, третьим и остальными игроками команды. Каждый игрок, сделав ответную передачу, принимает упор присев. Когда последний игрок в шеренге отдает мяч капитану, тот поднимает его вверх, и вся команда быстро встает. Побеждает команда, закончившая передачу мяча первой и не нарушившая правил.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>
--------------------------------------	---	----------------

## Апрель

**1 неделя 117.118. Дата:**

**Тема:** Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров</p> <p>2.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.</p> <p><b>Подвижная игра «По наземной мишени».</b> На каждой стороне волейбольной площадки у линии нападения чертят по два круга диаметром 1,5 м. Две команды располагают с разных сторон сетки. У игроков одной команды в правой (или левой) руке теннисный мяч.</p> <p>По сигналу два игрока от каждой команды одновременно устремляются к сетке. Игрок с мячом прыгает</p>	<p>10-15 мин</p>

<b>3.Заключительная часть</b>	<p>как можно выше и акцентированным движением кисти посылает мяч в один из кругов на стороне противника. Игрок за сеткой, ставя блок, старается помешать ему. За попадание в любой круг нападающий получает 2 очка, а если он обошел блок, но промахнулся (мяч приземлился в пределах площадки) — 1 очко.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	3-5 мин
-------------------------------	--	---------

## Апрель

**2 неделя 119.120. Дата:**

**Тема:** Упражнение змейка + удар по воротам. Игра.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

<b>Части занятия</b>	<b>Содержание</b>	<b>Дозировка</b>
<b>1.Вводная часть</b>	<i><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b></i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.Определение направления возможного удара, занимая в соответствии с этим занимать наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах.</p> <p>2.Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне.</p> <p>3.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.</p> <p><b>Подвижная игра «Парные пятнашки».</b> Участников строят в одну шеренгу, затем дают команду «На первый-второй рассчитаться». Первые номера должны запомнить своего партнера, то есть второй номер. Вторые номера должны знать первые номера. Перед тем как подать сигнал для начала упражнения, тренер предупреждает, что выбегать за пределы площадки не разрешается, и объясняет, что игра будет продолжаться 3 мин. Затем он дает команду «Приготовиться!» По этой команде первые номера разбегаются и становятся, где хотят, но в пределах площадки. Вторые номера в это время остаются в шеренге. Подав команду «Марш!», преподаватель засекает время. Первые номера стараются осалить ударом по плечу своего партнера. Если первый номер осалит партнера, игроки этой пары расходятся на 10 м и начинают играть сначала.</p>	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение	3-5 мин

часть	результатов тренировки	
-------	------------------------	--

## Апрель

**2 неделя 121.122. Дата:**

**Тема:** Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<i><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b></i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Ловля, переводы и отбивания различных мячей, находясь в воротах и на выходе из ворот, обращая внимание на быстроту реакции, на амортизирующее (уступающее) движение кистями и предплечьями при ловле мяча, на мягкое приземление при ловле мяча в падении. 2.Броски руками и выбивания мяча ногами на точность и дальность. 3.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал. <b>Подвижная игра «Вызов».</b> Группу разбивают на пары, примерно равные по силам на площадке, и указывают направление бега. Пути, по которым пробегают пары, не должны пересекаться. Двое играющих становятся лицом друг к другу, при этом тот, кто начинает упражнение, становится спиной в сторону предлагаемого бега. Второй игрок стоит лицом к направлению предлагаемого бега, вытягивая вперед ладонь правой руки, согнутой в локте и прижатой к правому боку, а левой рукой из-за спины захватывает правый локоть. По сигналу инструктора играющий, стоящий спиной к направлению бега, ударяет три раза правой рукой по ладони партнера и с третьим ударом, повернувшись кругом, стремительно убегает от своего напарника. Тот стремится догнать убегающего и осалить его ударом по плечу. Это нужно сделать, пока убегающий не пересечет черту, которую проводят в 20—30 м от линии старта.	10-15 мин
<b>3.Заклучительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Апрель

**3 неделя 123.124. Дата:**

**Тема:** Разбор игроков. Комбинация «стенка».

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Вбрасывание мяча из различных исходных положений с места и после разбега на точность и дальность вбрасывания, для остановки его изученными приемами стоящему и двигающемуся партнеру. 2.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал. <b>Подвижная игра «Печать».</b> Группы по 5—6 человек. В каждой назначают водящего. Игрокам дают один мешочек с песком. Водящему запрещают убежать за пределы площадки. По команде инструктора водящий убегает от остальных игроков своей группы, перемещаясь по площадке в любом направлении. Остальные игроки также перемещаются по площадке и перекидываются мешочком с песком, которым они должны осалить водящего. Бросать мешок в водящего не разрешается, нужно при осаливании держать мешочек в руке, т.е. как бы поставить этим мешочком печать на водящего. Тот, кто осалит водящего, сам становится водящим.	10-15 мин
3.Заключительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Апрель

**3 неделя 125.126. Дата:**

**Тема:** Совершенствование комбинации «стенка».

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
---------------	------------	-----------

<b>1.Вводная часть</b>	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.Вбрасывание мяча из различных исходных положений с места и после разбега на точность и дальность вбрасывания, для остановки его изученными приемами стоящему и двигающемуся партнеру.</p> <p>2.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.</p> <p><b>Подвижная игра «Выбивание теннисным мячом».</b> Группу разбивают на две команды. По жребию определяют, какая команда будет водить, т.е. выбивать мячом игроков другой команды. Выбегать за пределы поля не разрешается.</p> <p>Инструктор бросает мяч одному из игроков водящей команды и подает сигнал к началу игры. Игроки команды водящих перебрасывают мяч друг другу и стараются попасть мячом в своих противников. Те увертываются. Игроки обеих команд свободно перемещаются по полю. Игрок, в которого попали мячом, покидает поле. Игра продолжается, пока все игроки не будут «выбиты».</p> <p>Время игры инструктор фиксирует по секундомеру. В следующий раз водит уже другая команда. Время, требующееся второй команде, чтобы закончить игру, также фиксируется.</p> <p>Команда, водившая меньшее время, объявляется победительницей.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>		3-5 мин

## Апрель

### 4 неделя 127. 128. Дата:

**Тема:** Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b>	

часть	<p>1.Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрёстного и одноимённого движения рук и ног, перелезанием с пролёта: на пролёт по диагонали.</p> <p>2.Отбор мяча (отбивание ногой в выпаде)</p> <p>3.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.</p> <p><b>Подвижная игра «День и ночь».</b> На поле проводят две параллельные линии на расстоянии 2 м одна от другой. Вдоль каждой ставят команду. Количество игроков в командах должно быть одинаковым. Игрок одной команды имеет перед собой игрока второй команды. По сигналу играющие поворачиваются спиной к своим партнерам. Одна команда получает название «Ночь», другая — «День». Если звучит слово «Ночь», одноименная команда убегает, а команда «День» поворачивается кругом и догоняет «Ночь». Если называют «День», команды меняются ролями. Каждый игрок догоняет только своего партнера. Осаливает его он легким ударом руки по плечу. Осаливать нужно, пока игрок не добежал до линии</p>	10-15 мин
3.Заклучительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Апрель

### 4 неделя 129.130. Дата:

**Тема:** Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <p>1.Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.</p> <p>2.Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров</p> <p><b>Подвижная игра «Эстафета вокруг пункта».</b> Группу</p>	10-15 мин

3.Заклучительная часть	<p>разбивают на команды, выстраивающиеся в шеренги. Капитаны команд становятся во главе команд. Впереди, на расстоянии 25—30 м, выставляют указатели поворота. При проведении игры в зале поворот не должен быть ближе 5 м от стены. Инструктор сообщает играющим, из какого исходного положения на старте они должны начинать бег, и строго контролирует соблюдение этого правила. Эстафету начинают по сигналу. Капитаны бегут до поворотного пункта, обегают его, возвращаются и передают эстафету следующему номеру своей команды. Принимающий эстафету к этому времени должен стоять на старте в условленном исходном положении. Игрок, передавший эстафету, становится в затылок последнему игроку своей команды и ждет своей очереди снова бежать с эстафетной палочкой. Игра продолжается непрерывно до тех пор, пока каждый из участников не пробежит с эстафетой, по крайней мере, четыре раза.</p> <p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	3-5 мин
------------------------	--	---------

## Апрель

**5 неделя 131.132. Дата:**

**Тема:** Техники отбивания мяча

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	2-3 мин
2.Основная часть	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4м), из положения, сидя ноги скрестно; через сетку.</li> <li>2.Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами.</li> <li>3. Отбивание; мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.</li> <li>4.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.</li> </ol> <p><b>Подвижная игра «Эстафета по кругу».</b> Инструктор разбивает группу на команды по 6 человек. Каждая команда становится в круг, и игроки рассчитываются, начиная с капитанов, по</p>	10-15 мин

<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>порядку номеров. Игроки располагаются лицом в центр круга в 2 м один от другого. По сигналу инструктора первые номера (капитаны) делают поворот направо и бегут по внешнему кругу. Обежав круг, они становятся на свои места (которые занимают на площадке). Как только закончивший бег игрок приставит вторую ногу к опорной ноге, игрок, имеющий следующий номер, начинает бег по кругу. Так эстафета продолжается до последнего игрока команды. Последний игрок, окончив бег, поднимает руку и кричит: «Есть!» Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>
--------------------------------------	--	----------------

## Май

**1 неделя 133.134. Дата:**

**Тема:** Перебрасывание набивных мячей.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Прыжки с высоты 40см, в длину с места (около 100см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребёнка, с разбега; (не менее 50см). 2.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал. <b>Подвижная игра «Бег ловких».</b> Две или несколько команд общей группой становятся на старте. Четыре флажка или другие заметные предметы расставляются на расстоянии примерно 15 м один от другого. Перед забегом каждый участник кладет в пунктах I, II, III, IV (у древка каждого флажка) принадлежащий ему предмет, названный руководящим игрой. Команды стартуют одновременно. Пробежав к каждому пункту в последовательности II, III, IV и I, каждый участник разыскивает и как можно скорее собирает принадлежащие ему вещи, после чего вся команда должна собраться в месте, указанном инструктором со старта.</p>	<p>10-15 мин</p>
<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение</p>	<p>3-5 мин</p>



	результатов тренировки	
--	------------------------	--

## Май

**1 неделя 135.136. Дата:**

**Тема:** Групповые упражнения с переходами.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<b>1.Вводная часть</b>	<i><b>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</b></i> Построение самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Эстафета. Ведение мяча попеременно то правой, то левой ногой между предметами. 2.Эстафета. Ведение мяча по коридору(10м) из веревок, постепенно уменьшая его ширину до 1м. 3.Остановка (прием) мяча подошвой ноги. Игроки становятся в круг и передают друг другу мяч любым способом, останавливая его подошвой ноги. 4.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал. <b>Подвижная игра «Салки с футбольным мячом».</b> На площадке произвольно располагают 6—7 участников, один из которых «салка». Мяч находится у одного из игроков. По сигналу «салка» старается догнать и дотронуться до одного из игроков, которому остальные играющие стараются ногой своевременно дать пас. Игрока, владеющего мячом, салить нельзя. «Салка» должен преследовать другого игрока, которому также стараются передать мяч. Если «салка» коснулся мяча ногой или завладел им, то водящего сменяет тот, кто сделал неточную передачу. Игра длится 5—7 мин. Выигрывает тот, кто ни разу не был водящим или водил меньшее число раз. Игрок, по вине которого мяч вышел за пределы площадки, становится водящим.	10-15 мин
<b>3.Заклучительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Май

**2 неделя 137.138. Дата:**

**Тема:** Двусторонняя учебная игра.

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
2.Основная часть	<b>Игровые упражнения с мячом</b> 1.Слаженность действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника. 2.Усиление обороны за счет увеличения числа обороняющихся игроков. 3.Двусторонняя учебная игра. 4.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал. <b>Подвижная игра «Баскетбол».</b> В игре участвуют две команды по 5 человек в каждой. Игру начинают с центра поля; тренер подбрасывает мяч вверх и дает свисток. Игроки одной команды, завладев мячом, пытаются забросить его в корзину противника. В игре можно бросать мяч рукой, отнимать мяч у игрока другой команды только одной рукой. Нельзя проводить ведение мяча дважды — остановившись, нужно отдать мяч. Если игрок не ведет мяч, то ему не разрешается держать его в руках более 2 с. Запрещены толчки и захваты партнера, не разрешается игра головой и ногами.	10-15 мин
3.Заклучительная часть	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин

## Май

**2 неделя 139.140. Дата:**

**Тема:** Соревнования по футболу между командами

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
1.Вводная часть	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой	2-3 мин

<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p>направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p> <p><b>Игровые упражнения с мячом</b>  1.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.  2.Соревнования по футболу между командами</p> <p><b>Подвижная игра «Получить мячик».</b> Инвентарь: мячик, шнурок. Основная цель — усвоение ритма выполнения последних трех шагов и отталкивания. Подвешивают на шнурке мячик на доступной атлетам высоте. Устанавливают очередность выполнения упражнений. Занимающийся выполняет три шага разбега, отталкивается одной ногой и старается дотронуться рукой до подвешенного на шнурке мячика. Высоту, на которой подвешен мячик, постепенно увеличивают. Для определения личного или командного первенства за каждый удачный прыжок начисляют одно очко. Удачным считается прыжок, в котором спортсмен коснулся рукой мячика. На каждой высоте выполняют одну попытку.</p>	<p>10-15 мин</p>
<p><b>3.Заключительная часть</b></p>	<p>Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки</p>	<p>3-5 мин</p>

## Май

**3 неделя 141.142. Дата:**

**Тема:** Соревнования по футболу между командами

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

Части занятия	Содержание	Дозировка
<p><b>1.Вводная часть</b></p>	<p><i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>2-3 мин</p>
<p><b>2.Основная часть</b></p>	<p><b>Игровые упражнения с мячом</b>  1.Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.  2.Соревнования по футболу между командами</p> <p><b>Подвижная игра «Толкание мяча в обруч».</b> Инвентарь: гимнастический обруч, набивной мяч. Место проведения: небольшая площадка.  Основная цель — обучение приему толкать мяч под правильным углом.  Подвешивают обруч на высоте 2,5—3 м над землей. На расстоянии 3—4 м от обруча проводят линию, от которой будут толкать мяч. Одна команда становится за этой</p>	<p>10-15 мин</p>

<b>3.Заключительная часть</b>	линией, а вторая занимает место на другой стороне от обруча в 3—4 м от него. Игроки одной команды поочередно толкают мяч так, чтобы он пролетел через обруч. Соперники подают мяч. Затем команды меняются местами. Каждое попадание в обруч оценивается в одно очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков. Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов тренировки	3-5 мин
-------------------------------	---	---------

## Май

**3 неделя 143.144. Дата:**

**Тема:** Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов

**Образовательная деятельность «Физическое развитие»**

**Задачи:** ознакомление детей с футболом; освоение упражнений в футбольной технике; развитие координационных способностей и прыгучести.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

**Оборудование:** мячи, ориентиры, ворота.

<b>Части занятия</b>	<b>Содержание</b>	<b>Дозировка</b>
<b>1.Вводная часть</b>	<i>Строевые упражнения. Перестроения. Ходьба. Бег.</i> Ходьба и бег с упражнениями. Бег прямо, боковым галопом, спиной вперед. Бег и ходьба с резкими остановками и сменой направления движения по сигналу. Инструктаж по ТБ.	2-3 мин
<b>2.Основная часть</b>	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	10-15 мин
<b>3.Заключительная часть</b>	Спокойные упражнения на расслабление. Обсуждение результатов	1-2 мин

### Контрольные нормативы

Наименование норматива	Описание норматива	Возраст 6-7 лет
Силовая выносливость мышц брюшного пресса	И.П. лежа на спине, руки на поясе. Прямые ноги под углом 45° к полу удерживаются на весу.	50-60 сек.
Силовая выносливость мышц спины	И.П. лежа на животе. Туловище поднимается на 30° и удерживается в таком положении.	50-60 сек.
Гибкость	И.П. стоя на скамейке или кубе, ноги рядом, руки вдоль туловища. Наклониться вниз, не сгибая колени.	8-12 сек.
Статическое равновесие	И.П. пятка правой (левой) ноги примыкает к носку левой (правой) ноги, стопы расположены по прямой линии, руки — вдоль туловища. Удержать равновесие как можно дольше.	45-60 сек.
Челночный бег 3x10 м	И.П. низкий старт. Ребенок сначала бежит к одному концу дистанции касается рукой ориентира, потом быстро разворачивается и бежит обратно.	9-10 сек.
Удар мяча на точность	Удар по мячу выполняется серединой подъема, внешней и внутренней стороной стопы.	3-5 попаданий
Ведение мяча на скорость	Ведение мяча проводится попеременно левой и правой ногой вокруг конусов змейкой.	35 сек.

## Мастер класс для педагогов «Приемы игры в футбол»

**Задачи:** Познакомить педагогов с базовыми элементами игры в футбол; показать педагогам приемы правильного выполнения упражнений по обучению дошкольников элементам игры в футбол; обучить педагогов технике владения мячом; познакомить с задачами, которые решаются в процессе обучения детей спортивной игре футбол.

### **Ход мастер класса.**

Дошкольникам необходимо 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 защитить свои, соблюдая при этом правила игры; футбол – игра двух команд, в каждой команде – до 5-7 игроков, один из которых капитан; соблюдение правил игры и продолжительность матча контролирует судья; мяч считается забитым 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 в руки мяч обладает вратарь и игрок, выполняющий вбрасывание; футбол игра коллективная, и игроки относятся друг к другу с уважением, несмотря на дух соперничества и желание победить. Первое что нам нужно сделать - это сконцентрировать внимание наших детей, для этого мы используем простые и в тоже время эффективные методы, такие как поднимаем правую руку, потом левую, просим повторить, стараемся запутать, говорим одну, поднимаем другую, с ускорением.

1. Упражнение по хлопку: 1 хлопок садимся на мяч, 2 хлопка животом на мяч.
  2. Базовые упражнения: ведения мяча от правой к левой ноге с продвижением вперед, колени согнуты.
- Важная часть тренировки поощрение, вы хвалите одного, а другие стараются, чтобы их тоже похвалили. У каждого ребенка должен быть свой мяч.
3. Тактические упражнения: перекатывание мяча, правая нога на мяче, пяточка – носочек, носочек далеко, пяточка близко. Похвалить.
  4. Перекатывание яблочка, вбок, правой ногой, левой.
- Разговор на уровне глаз. Зрительный контакт очень важен и так ребенок лучше усваивает информацию.
5. Подскок замах, мяч возле ноги, тянем пяточку. Следим, чтобы правильно ставили ноги, не заваливались, держали спину прямо. С кочки на кочку, отошли шаг назад.
  6. Упражнение отбери мяч. Один участник ведет мяч к воротам, другой пытается его отобрать и забить в другие ворота.
  7. Ведение мяча по прямой, змейкой вокруг препятствий.
  8. Удары по мячу в ворота с расстояния сначала 2-2,5 м, затем 4-6 м, правой и левой ногой.

Задания постепенно по мере усвоения их детьми усложняются. Сначала дети бьют по неподвижному мячу, затем по мячу в движении, один ребенок подает мяч, другой забивает его в ворота.

9. Упражнения в парах. Игрок накатывает своему партнеру мяч навстречу. Тот останавливает его поочередно внутренней стороной стопы то правой, то левой ноги, потом ведет мяч на дистанции 5-7 м, после чего наносит удар по мячу внутренней стороной стопы в маленькие ворота. После 2-4 повторений партнеры меняются местами.

Задачи, которые решаем в процессе обучения детей игре футбол: укрепление здоровья и закаливание организма; формирование интереса к систематическим занятиям футболом; обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений; овладение основами технических приёмов, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола; истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол; формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта через многообразные действия с мячом; воспитание морально - волевых качеств; воспитание устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Несколько упражнений, которые можно использовать в физкультурно оздоровительной работе:

1. удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой (внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъема) по воротам, в стену с расстояния от 7 до 10 м;
2. остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу;
3. ведение мяча (средней и внешней частью подъема) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнеров;
4. обманные движения с места – движение влево, с уходом вправо и наоборот;
5. отбор мяча (отбивание ногой в выпаде);
6. вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ступней ног на дальность, и в коридор шириной 2м;
7. ознакомление с тактикой игры в футбол по упрощенным правилам в ограниченных составах.

Основной целью работы по обучению детей элементам спортивной игры в футбол, является развитие двигательной активности, как источник здоровья.

В заключении, мне остается только поблагодарить участников за внимание и за работу. Пусть исполняются самые несбыточные мечты и нереальные желания! Профессиональных всем успехов! Спасибо за внимание.

## Викторина для детей старшего дошкольного возраста на тему «Футбольное обозрение»

**Цель:** Получение воспитанниками интересной информации о футболе и о футбольных терминах. Развивать познавательный интерес. Воспитывать любовь к спорту и активному образу жизни.

**Оборудование:** компьютер, презентация, интерактивная доска, аудиозапись Гимн России.

### **Ход мероприятия.**

Дети входят в зал и слушают Гимн России.

**Ведущий:** Сегодня я предлагаю вашему вниманию викторину «Футбольное обозрение». Все вопросы нашей викторины будут о футболе. Перед началом немного истории. Название этой игры происходит от двух английских слов: фут – ступня и бол – мяч.

Футбол - самая древняя игра. Первые игры напоминали борьбу воинов, которые хотели проникнуть на территорию противника. В таких играх участвовало по несколько сот человек.

За многие годы правила игры не очень изменились: играют две команды, мяча можно касаться только ногой или головой, но ни в коем случае не рукой. Один только вратарь, который защищает ворота, может ловить мяч руками. Футбол любят не только мальчики, но и девочки. Впервые футбольные правила были прописаны в Великобритании еще в 1848 в Кембридже.

У футболистов есть свой сленг. Вот, например, выражение «второй этаж» на сленге футболистов обозначает игру в воздухе или игру головой; слово «банка» на языке футболистов – скамейка запасных или же гол; «дерево» - игрок, не оправдывающий ожиданий болельщиков (от сравнения с неподвижным растением), а также игрок, не обладающий должным умением приема (обработки) мяча.

А как вы думаете, что в переводе с языка футболистов обозначает слово «горчичник»? (Желтая карточка)

**Ведущий:** Ребята, а вы знаете, как болельщики поддерживают свою футбольную команду? Что они делают?

**Дети:** Болельщики кричат кричалки.

**Ведущий:** Правильно, ребята. Болельщики кричат кричалки.

1.Россия - вперед, тебя победа ждёт!

2.Россия не робей,

Еще парочку забей,

Покажи им высший класс,

Мы болеем все за вас!





3.Спорт — это сила,

Спорт — это жизнь!

Добьемся победы!

Соперник, держись!

4. Эй, Россия! Давай вперед! Вся страна победу ждет!

5. Оле-оле, Россия! Вперёд! Вперёд! Вперёд!

Воспитатель: Конечно, когда болельщики будут болеть за команду, они будут называть название своей Родины.

Ведущий: Все знают, какое имя у нашей Родины?

Дети: Россия

Ведущий: Правильно Россия. А вы любите играть в футбол?

Дети: Да

А теперь посмотрите презентацию о футболе.

Ведущий: Послушайте стихотворение Галины Горелой «Я люблю играть в футбол» (читает ребёнок).

Я люблю играть в футбол.

Тут нужна сноровка.

Не забьешь с налета гол

Ты без тренировки.

Я мячом легко владею.

Пяткой бью и головой,

А еще ногой умею

Пасануть разок-другой.

Я встаю с утра пораньше,

И иду скорей во двор.

Разбегаюсь я подальше,

Забиваю Гришке гол!

Он сегодня на воротах.

Проучу его сейчас.

Отомстить ему охота-

Проиграл я прошлый раз.

Ведущий: Я буду задавать вопрос, а вы на него должны будете быстро отвечать. Посмотрим, какие вы знатоки футбола. Вспоминаем правила викторины: не шуметь, не выкрикивать с места. За каждый правильный ответ вы получите жетон. В конце викторины мы определим победителя.

1.Какая спортивная игра является самой популярной в мире?

(Футбол.)

2.Два футбольных тайма – это ... Что?

(Матч.)

3.Как называется итог игры, в которой нет победителя?

(Ничья.)

4. Сколько очков получает футбольная команда, проигравшая в матче?

(Ноль.)

5.Как называется команда лучших футболистов, представляющая страну на чемпионате мира?

(Сборная страны.)

6. Предпоследний матч чемпионата – это... Что?

(Полуфинал.)

7. Как называется специальное место, где во время матча находятся резервные футболисты?

(Скамейка запасных.)

8. Какую карточку, по правилам, показывает арбитр футболисту за затягивание времени?

(Жёлтую.)

9. Какого цвета карточка в футболе означает удаление с поля?

(Красная.)

10. С помощью какого приспособления футбольный арбитр подаёт сигналы игрокам?

(С помощью свистка. Им футбольные судьи пользуются с 1878 года.)

11. Какая международная спортивная организация проводит чемпионаты Европы по футболу?

(УЕФА.)

12. Как называют футболиста в возрасте меньше восемнадцати с половиной лет.

(Юниор)

13. Какое наказание в футболе назначается за умышленное касание мяча рукой и за применение грубых приемов. (Штрафной удар).

14. Как называют футболиста, забивающего много голов? (Бомбардир).

15. Игрок, защищающий свои ворота (дословно с английского — «охраняющий цель»). Кто это? (Вратарь, голкипер)

16. Сколько длится футбольный матч? (90 мин)

17. Спортивный снаряд для игры в футбол. Что это? (Мяч).

18. Чем мяч на гвоздь похож? (И тот, и другой можно забивать.)

19. Как называется спортивное сооружение, место проведения футбольного матча? (стадион)

20. Какая спортивная форма у футболистов? (шорты, футболка, бутсы, гетры)

21. Люди бегают по всему полю и пинают мяч ногами, кто они? (Футболисты).

22. Он бывает баскетбольный,

Волейбольный и футбольный.

С ним играют во дворе,

Интересно с ним в игре (мячик)

Ведущий: Ребята, давайте поиграем с мячом. Я буду бросать мяч, а тот, кто его поймает, должен назвать предмет или любое слово, которое относится к футболу (бутсы, стадион, мяч, судья, болельщики, трибуны, ворота, тренировка, тренер, поле, форма и тд.)



Ведущий: Следующее задание для наших футболистов. Нужно сложить пазл на время на футбольную тему.  
Ведущий: Молодцы. На этом наша викторина подошла к концу



## **Конспект мероприятия «Экскурсия на тренировку в детско-юношескую спортивную секцию по футболу» для детей подготовительной к школе группы и их родителей**

**Задачи:** Расширять представления детей о спортивной жизни поселка: спортивных сооружениях, различных видах спорта; о профессиях, связанных с физическим воспитанием. Совершенствовать умения ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений. Продолжать работу по освоению детьми более сложных форм двигательной активности (игры с элементами спорта).

Побуждать детей к соблюдению правил поведения в общественных местах.

Воспитывать чувство патриотизма и гордости за спортсменов поселка.

Мотивировать стремление заниматься спортом.

Оборудование: мячи

### **Ход экскурсии:**

В рамках сетевого взаимодействия, нами была запланирована экскурсия на тренировку по футболу в детско-юношескую секцию по футболу, которую ведет тренер Гирейского городского поселения Кузнецов Александр Павлович. Ребята, сейчас мы отправимся на экскурсию, на самую большую спортивную площадку нашего села – стадион и побываем на тренировке спортивной секции по футболу.

Дети идут в сопровождении родителей по ранее намеченному маршруту.

Приходят на стадион. Знакомство с тренером.

Дети, куда мы пришли?

Дети: На стадион.

Дети, а для чего нужен стадион?

Дети: Для занятий спортом.

А какие виды спорта вы знаете?

Дети: Футбол, хоккей, волейбол, баскетбол, теннис, художественная гимнастика, фигурное катание, легкая атлетика, лыжный спорт и т. д

В какое время люди занимаются спортом?

Дети: В свободное время, после работы, учебы.

А есть люди, для которых спорт - это профессия. Это спортсмены, тренеры. Они очень часто посещают стадион. А сейчас, ребята, мы познакомимся со всем стадионом, посмотрим, что здесь находится. При входе на стадион слева от нас находятся скамейки, на которых располагаются болельщики а так же можно просто посидеть и отдохнуть. Справа от нас спортивная площадка, здесь, ребята, в теплое время года играют в футбол. Внутри двое ворот.

Почему?

Дети: Потому что играют две команды.

Как называются места для зрителей?

Дети: Трибуны.

А какими качествами должны обладать футболисты?

Дети: Силой, смелостью, быстротой, ловкостью, меткостью.

Правильно, чтобы забить мяч в ворота соперника.



Здесь любой желающий может заниматься, чтобы улучшить свою спортивную форму, здоровье. На этой спортивной площадке проходят самые большие спортивные праздники, соревнования, игры, футбол.

Как и чем награждают спортсменов за спортивные победы?

Дети: Медалями, кубками.

Тренер объясняет значение слов «награда, кубок», объясняет, как проходит награждение – объявляют результат, звучит музыка, поднимается спортсмен на пьедестал. Вручают медаль, кубок. Какие бывают медали?

Дети: Золотые, серебряные, бронзовые.

2 часть.

Здесь мы проводим тренировки по футболу. Но сначала попытаемся с вами выполнить несколько упражнений.

1.«Гол в ворота» дети становятся на исходную линию (5 метров до ворот) и стараются точными движениями забить мяч в ворота.

Цель: развитие физических качеств: быстроты, ловкости, ориентировке в пространстве.

2. Спортивное упражнение «Футбол».

Цель: освоение простейших навыков передачи мяча, создание первоначального представления о функциях вратаря, нападающих.

3. «Сумей поймать». Перебрасывание мяча друг другу (элементы спортивной игры «Волейбол»).

Цель: закрепление ранее полученных навыков работы с мячом на занятиях.

Тренер объясняет самые простые правила игры, дети делятся на две команды и играют футбол. По окончании игры дети наблюдают за тренировкой, тренер объясняет для чего выполняются упражнения.

### **Подведение итогов.**

Благодарим тренера за экскурсию.

Вопросы к детям: Дети, где мы с вами сегодня побывали? что вам понравилось, что особенно запомнилось? Что показалось трудным? Как хотели бы поиграть в следующий раз? Какими качествами вы бы хотели обладать? Почему? (ответы детей).

После игры дети в сопровождении родителей идут домой в хорошем настроении, с зарядом положительных эмоций.



## Конспект занятия по физическому развитию с элементами футбола для детей подготовительной к школе группы

**Цель:** оптимизировать двигательную подготовку детей постоянными спортивными упражнениями с двигательными элементами в запланированной работе по физическому воспитанию.



### **Задачи:**

1. Познакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол.
2. Учить вести мяч, останавливать мяч ногами.
3. Передача напарнику мяча внутренней стороной стопы на расстоянии 3-4 метра друг от друга.
4. Закрепить удары в ворота после ведения мяча.
5. Детский футбол. Игровое взаимодействие.

**Оборудование:** мячи футбольные по количеству детей, ворота 2 шт, музыкальное сопровождение.

### **1. Вводная часть**

Построение. Равнение. Проверка осанки.

- Здравствуйте ребята. Ребята, скажите, вы знаете, что такое футбол?
- А зачем в него играют?
- Кто в него играет?
- А вы любите играть в футбол?
- Хотите стать футболистами? А что для этого надо сделать?

(Ответы детей)

- Начинаем нашу тренировку. Направо. Шагом марш.

Ходьба в колонне по одному, ходьба на носочках, на пятках. Лёгкий бег, галоп боковой, бег с высоким подниманием колена, спиной вперёд. Ходьба, упражнения на восстановление дыхания. Дети берут мячи из корзины по ходу движения. Перестроение в колонну по два в движении. Педагог следит за соблюдением дистанции.

### **2. Основная часть.**

Общеразвивающие упражнения.

Выполнять упражнение в среднем темпе.

1. И. п. — основная стойка, мяч в руках перед собой. 1 — поднять руки вверх, встать на носочки; 2 — исходное положение. 3—4 — то же (5—6 раз).

2. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, мяч в руках перед собой. 1 — руки с мячом поворот на право; 2 — вперед; 3 — на лево; 4 — исходное положение. (4—5 раз).

3. И. п. — стойка ноги слегка расставлены, мяч в руках. 1—2 — присесть, руки вперед; 3—4 — вернуться в исходное положение (5—6 раз).

4. И. п. — стойка на коленях, мяч в правой руке; 1—8 — прокатить мяч вправо (влево) вокруг туловища, поворачиваясь и перебирая руками мяч (по 3—4 раза в каждую сторону).

5. И. п. — лежа на животе, мяч в обеих руках впереди. 1—2 — поднять руки и ноги над полом. 3—4 —И.п. (6 раз).

6. И. п. — основная стойка, мяч на полу. Прыжки на двух ногах вокруг мяча (20 прыжков). Повторить 3 раза. Небольшие паузы между сериями прыжков.

Основные виды движений.

1. Пас в парах.

Передавать мяч друг другу ногами. Расстояние 3-4 метра. (3,5 минуты). Умеренный темп. Дети стоят в двух шеренгах, лицом друг к другу. По сигналу ребенок, стоящий в первой шеренге ударом внутренней стороной стопы подает мяч точно партнеру. Прием выполняется внутренней частью стопы.

2. Перебрасывание мяча в парах, способом от груди. Дети стоят на расстоянии 3-4 метра друг от друга.

3. Игра эстафета «Попади в ворота» 1-3раза.

4. Минифутбол. Парами. На расстоянии 10 метров начинается ведение мяча одним игроком, верхней - внешней частью стопы. Второй игрок старается забрать мяч и забить гол. Мяч должен катиться, игроки руками друг друга не трогают.

**3. Заключительная часть.**

Подведение итогов.

Ходьба в колонне по одному.

Ребята вот и подошла к концу наша тренировка.

- Скажите, вам понравилось заниматься?

- А что именно понравилось.

(Ответы детей)

- Молодцы, ребята, сегодня вы были как настоящие футболисты быстрыми и ловкими.



## Мастер – класс для педагогов «Футбол для всех»

**Цель:** Повысить профессиональную компетентность коллег в вопросах внедрения в режим двигательной активности игр и упражнений с мячом.

**Задача:** Научить участников мастер-класса технико-тактическим действиям с мячом: передача и остановка мяча, ведение мяча, удары по мячу, игры с мячом.

**Ход мастер – класса.**

*Приглашаю педагогов для проведения мастер – класса.*

Кто может назвать первую задачу в ФГОС дошкольного образования?

*Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.*

Здоровье – основная ценность для любого человека независимо от его местожительства. Во все времена ценилась гармония духа и тела. На Руси говорили: «Здоров будешь – все добудешь!».

И сегодня быть здоровым – стильно, быть здоровым – модно! Научить ребенка быть здоровым, это важнейший труд воспитателя.

Все вы знаете, что я занимаюсь с детьми футболом и сегодня хочу показать игры с мячом с элементами футбола. Чтобы организовать такие игры с детьми на прогулке, вы должны уметь в них играть.

Основой для игр являются упражнения: удары, передача и ведение мяча.

1 упражнение – удары по мячу внутренней стороной стопы

2 упражнение – передача мяча внутренней стороной стопы, остановка подошвой.

3 упражнение – ведение мяча внутренней стороной стопы.

Основные упражнения мы с вами освоили. Теперь предлагаю перейти к играм с элементами футбола.

1. «Метеоритный дождь»

Игроки встают напротив друг друга в середине зала (выполняют). Другие выстраиваются в ряд (показываешь). Одна команда передают мяч друг другу без остановки. Игроки в красных футболках должны перейти (перебежать) на противоположную сторону зала, и не попасть под метеоритный дождь. Сразу обговаривайте с детьми, что бить по мячу надо не сильно, не выше колена. Начали...

2. «Задержи мяч»

Все игроки встают в круг. Выбирается защитник, остальные дети – нападающие. Если круг большой и в игре участвуют много играющих, то могут быть 2-3 защитника. Нападающие быстро отбивают ногой друг другу мяч так, чтобы он катился по земле, а защитник старается задержать его. Если защитнику это удастся сделать, то он меняется местами с тем нападающим, который отбивал мяч последним. Водить мяч нельзя, его нужно быстро передавать внутренней стороной стопы или носком ноги товарищу так, чтобы защитник не мог отобрать мяч.



### 3. «Ловишки с футбольным мячом».

Выбирается ловишка. Остальные дети бегают по залу, ведя перед собой мяч. Ловишка старается отобрать футбольный мяч. У того ребенка, у которого забрали мяч, становится ловишкой. Усложнённый вариант: ловишка с манишкой в руках и тоже ведет мяч перед собой. Если ловишка выбивает мяч, то отдает манишку тому, у кого выбил мяч и этот игрок становится ловишкой.

### 4. «Светофор».

Игроки ведут мяч, как и куда они хотят; по команде «зеленый свет» - только в указанном направлении (по прямой или между предметами), по команде «красный свет» - игроки останавливают мяч. Можно применять зрительные сигналы.

А сейчас подведём итог. Спорт – это верный путь к здоровому образу жизни. Здоровый человек – самое драгоценное произведение природы! В здоровом теле – здоровый дух!

Надеюсь, что умения, которые вы сегодня получили, пригодятся вам в работе с детьми. Всем спасибо!

## **Мини фестиваль «Мы в игре!»**

### **для детей старшего дошкольного возраста с родителями**

**Цель:** Формирование мотивации у дошкольников к регулярным занятиям физической культурой и спортом, популяризация футбола как одного из средств укрепления и сохранения здоровья.

**Задачи:**

- Доставить детям и взрослым радость от взаимодействия друг с другом в двигательной-игровой деятельности.
- Закреплять имеющийся двигательный опыт у детей в основных видах движений и спортивных упражнений.
- Ознакомление дошкольников с элементами футбола;
- Формирование нравственных качеств и навыков поведения в коллективе, семье;
- Личностно - ориентированный подход в выборе наиболее подходящего вида спортивной деятельности;
- Формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям футболом.

**Предварительная работа:**

- Разучивание танцев и песен

- Показ презентаций и мультфильмов
- Проведение тематических бесед и занятий
- Проведение конкурсов и игр

Инвентарь: футбольные мячи, футбольные ворота, конусы и стойки

### **Ход мероприятия:**

Дети и родители под музыку строятся в спортивном зале.

Ведущий: Мы рады приветствовать вас на празднике «Мы в игре». Сегодня предлагаю вам активно отдохнуть, принять участие в футбольных эстафетах. Начинаем наши соревнования!

Дети и родители делятся на 2 команды (команды смешанные родители и дети)

#### **1. Эстафета «Восход-закат»:**

Участники строятся в 2 колонны по одному, первый участник каждой колонны держит в руках мяч. По сигналу он передаёт мяч над головой участнику, стоящему сзади. Как только мяч оказывается в конце колонны, последний участник начинает передавать мяч в начало колонны. В начало колонны мяч передают не над головой, а между ног.



**2. Эстафета «Пас водящему»:** Участники строятся в 2 колонны по одному, перед каждой колонной на расстоянии 2-3 метров стоит 1 игрок, первый участник каждой колонны держит в руках мяч. По сигналу первый игрок кладёт мяч на землю (пол) и делает пас игроку, стоящему перед колонной, он в свою очередь возвращает мяч ответным пасом. Первый игрок передаёт мяч следующему участнику и встаёт в конце колонны.

**3. Эстафета: «Передача мяча в кругу»** (1 или 2 мяча). Все встают в 1 круг и передают мяч руками по кругу, можно задействовать 2 мяча в разные стороны. По команде осуществляется передача мяча, в процессе упражнения необходимо давать команду о смене направления передачи мяча.

**4. Эстафета: «Не упусти мяч».** Участники строятся в 2 колонны по, первый участник каждой колонны держит в руках мяч. На расстоянии 3-4 метров от колонны стоит фишка. По сигналу первый участник должен ногами провести мяч до фишки (внутренним сводом стопы). От фишки он бегом возвращается в свою колонну с мячом в руках и передаёт его следующему участнику.

**5. Эстафета «Гол».** Участники строятся в 2 колонны, первый участник каждой колонны держит в руках мяч. На расстоянии 3-4 метров от колонны стоят ворота. Задача каждого участника по очереди забить гол в ворота.

**6. Эстафета «Ручеёк».** Команда встаёт в колонну по одному, ноги расставлены широко. Первый игрок прокатывает мяч между ног с начала колонны в конец, последний игрок ловит его и бежит в начало колонны и т.д.

**7. Эстафета «Змейка».** Участники строятся в 2 колонны, первый участник каждой колонны держит в руках мяч. Перед колоннами в ряд расставлены конусы (4-5 шт.) Задача участников провести мяч змейкой между конусов вперёд и назад, и передать эстафету следующему участнику.

**8. Эстафета «Чей мяч быстрее?».** Участники строятся в 2 шеренги, первый участник каждой шеренги держит в руках мяч. По сигналу участники обеих колонн начинают передавать мяч из начала колонны в конец и обратно. Как только мяч снова окажется в начале колонны, эстафета окончена.

**Подведение итогов конкурса.**

Награждение.

Ведущий: подошёл к концу наш праздник. Предлагаю встать в круг, мы будем передавать мяч по кругу и у кого в руках мяч, тот говорит пожелания участникам.

Спасибо, до свидания.



## Конспект совместного спортивного праздника для воспитанников детского сада и учащихся начальной школы

### «Праздник футбола – Веселый мяч»

**Цель:** Обучить воспитанников элементам спортивной игры футбол. Развивать двигательную активность, как источник здоровья детей через спортивную игру футбол.

**Задачи:**

1. Формировать у детей многообразные действия с мячом.
2. Развивать точность, координацию движений, быстроту реакций, силу, глазомер.

3. Формировать устойчивый интерес к спортивным играм.

4. Воспитывать у детей морально-волевые качества.

**Оборудование:** мячи футбольные, ориентиры, воздушные шары, ворота.

**Ход мероприятия.**

**Ведущий:** Добрый день гости, родители, болельщики!

Мы приветствуем вас на наших соревнованиях, посвященных футболу, между командами детского сада и школы.

Футбол — самая популярная игра на планете. Сотни миллионов болельщиков всех континентов переживают события чемпионатов мира, Европы, международных кубков по футболу. Сколько эмоций, жарких споров, радости и даже огорчений приносят эти соревнования высочайшего уровня. Но и простые игры, будь то первенство города, района, школы, садов не оставляют равнодушных. Настолько футбол захватывает своей борьбой, непредсказуемостью. Нет, наверное, человека, который никогда бы не ударил по мячу, не дал пас, не пытался забить гол. Этой игре покорны все возрасты.

На празднике присутствуют почетные гости, а так же жюри:



Выступление воспитанников Флешмоб.

**Ведущий:** Начинаем наши соревнования, приветствуем юных футболистов! (музыка, аплодисменты, команды строятся)

**Ведущий:** Все вы веселы, здоровы! А к соревнованиям готовы?

**Дети:** Да!



Ведущий:

Приветствуем команду детского сада.

Ваш Девиз и речевка

Ведущий:

Приветствуем команду школы. Ваш

Девиз и речёвка



Ведущий: Начинаем наши соревнования.

### **Эстафета 1 «Ведение мяча ногой»**

Провести мяч ногами вперед до ориентира и назад.



### **Эстафета 2 «Попади по мячу»**

Участникам (по 1 из каждой команды) завязывают глаза, предварительно показав, где находятся мяч. Участник должен подойти к мячу и ударить. Очко получает команда, игрок которой попал по мячу ногой.



### **Эстафета 3 «Пингвины»**

С мячом, зажатым между коленями, шагать или прыгать до ориентира взять мяч в руки и вернуться бегом назад.

Ведущий: предлагаю командам отдохнуть. Задания для болельщиков

Футбольные загадки.

1. Он бывает баскетбольный,  
Волейбольный и футбольный.

С ним играют во дворе,  
Интересно с ним в игре.

Скачет, скачет, скачет, скачет!

Ну, конечно это ... (мячик)

2. Я на краю чуть не уснул,  
А дали мячик – так рванул!

Один прорвался на ворота,  
Ударил низом с разворота.

Ну, и забил, конечно, гол  
Красивая игра... (футбол)

3. Беленький с черными пятнышками  
По полю бегает, но не зверек.  
(футбольный мяч)

Ведущий. Ребята, а можно играть в футбол руками?

Дети: Нет!

4. Поле выкошено гладко,  
Ровненькое, как тетрадка

Спортсмены очень скоро  
Выйдут в поле поиграть,

Мяч один на всех гонять.  
Зрители со всех сторон!

Что за поле?.. (стадион)

5. Лучше всех спортсмена знает,  
Во всем ему он помогает.

Сражаться учит, побеждать  
И бодрость духа не терять.

Он для спортсмена в наше время  
Почти как мать, ведь это ... (тренер)

Ведущий: А головой?

Дети: Да!

Ведущий: продолжаем наши соревнования.

#### **Эстафета 4 «Ведение головой»**

По сигналу игрок, ударяя воздушный шар головой, передвигается к ориентиру, возвращается с шаром в руках, передает эстафету. (Можно подбросить ногами, если шар будет падать на пол).

Ведущий. Вы со всеми заданиями справились замечательно.

Ведущий: Когда в футболе назначают пенальти? *(Послематчевые пенальти, которые позволяют определить победителя при равном счете. При нарушении правил в своей штрафной площадке.)*

Ведущий. Верно! Следующая эстафета «Пенальти».

#### **Эстафета 5 «Пенальти»**

Все участники команды по очереди пробивают пенальти в ворота. Выигрывает команда, которая забьет больше голов.



Ведущий: На этом наши соревнования окончены. Пока жюри совещается и подводит итоги, проведем небольшую викторину для всех присутствующих.

Какой самый популярный вид спорта в мире? *(Футбол)*

Продолжите футбольную пословицу: «Матч состоится ...»*(При любой погоде)*

Помощник судьи. *(Свисток)*

Как называется итог игры, в которой нет победителя? *(Ничья)*

Как называется команда лучших футболистов, представляющая страну на чемпионате мира? *(Сборная страны)*

Какого цвета карточка в футболе означает удаление с поля? *(Красная)*

За получение скольких желтых карточек в одном матче футболист удаляется с поля? *(Двух)*

Сколько таймов в футбольном матче. *(Два)*

Ведущий: Молодцы ребята. Приглашаем команды для оглашения результатов.

Предоставляется слово судьям и гостям. Жюри подводит итог. Поздравления, награждение дипломами.



## **Спортивные соревнования «Здоровье и я» для детей подготовительной группы**

**Цель:** Формирование мотивации у детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом, популяризация футбола как одного из средств укрепления и сохранения здоровья.

**Задачи:**

- Доставить детям радость от взаимодействия друг с другом в двигательльно-игровой деятельности.
- Закреплять имеющийся двигательный опыт у детей в основных видах движений и спортивных упражнений.
- Формирование нравственных качеств и навыков поведения в коллективе;
- Личностно - ориентированный подход в выборе наиболее подходящего вида спортивной деятельности;
- Формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям футболом.

**Инвентарь:** футбольные мячи, футбольные ворота, конусы и стойки.

**Ход мероприятия:**

Дети под музыку строятся в спортивном зале.

Ведущий: Мы рады приветствовать вас на празднике «Здоровье и я». Сегодня предлагаю вам активно отдохнуть, принять участие в футбольных эстафетах. Ребята вы хотите быть здоровыми? А что вы для этого делаете? Ответы детей.

Под музыку вбегает Баба Яга, держится за спину, охает.

Ведущий: Баба Яга, что случилось?

Баба Яга: Ой, болит всё у меня!

Ведущий: Баба Яга, а ты зарядку делаешь, что бы ни болеть? Наши ребята делают зарядку каждый день, давай мы тебя научим?

Проводится зарядка.

Баба Яга: Я знаю много интересных заданий и игр, но играть мне не с кем. Поиграете со мной ребята?

Ведущий: Конечно, поиграем. Говори свои задания.

Баба Яга: Дети делятся на 2 команды, по 10 человек. И вот первое задание.

**1. Эстафета «Восход-закат»:**

Участники строятся в 2 колонны по одному, первый участник каждой колонны держит в руках мяч. По сигналу он передаёт мяч над головой участнику, стоящему сзади. Как только мяч оказывается в конце колонны, последний участник начинает передавать





мяч в начало колонны. В начало колонны мяч передают не над головой, а между ног.

**2. Эстафета: «Не упусти мяч».** Участники строятся в 2 колонны по, первый участник каждой колонны держит в руках мяч. На расстоянии 3-4 метров от колонны стоит фишка. По сигналу первый участник должен ногами провести мяч до фишки (внутренним сводом стопы). От фишки он бегом возвращается в свою колонну с мячом в руках и передаёт его следующему участнику.

**3. Эстафета «Гол».** Участники строятся в 2 колонны, первый участник каждой колонны держит в руках мяч. На расстоянии 3-4 метров от колонны стоят ворота. Задача каждого участника по очереди забить гол в ворота.

**4. Эстафета «Ручеёк».** Команда встаёт в колонну по одному, ноги расставлены широко. Первый игрок прокатывает мяч между ног с начала колонны в конец, последний игрок ловит его и бежит в начало колонны и т.д.

Баба Яга: А еще я знаю веселый танец, выходите, потанцуйте. Звучит веселая песня.

Подведение итогов конкурса. Награждение дипломами.

Баба Яга: Вы так хорошо играли, молодцы, все задания выполнили на отлично! Ну, а мне пора домой, в мою избушку. До свидания, ребята!





## Мастер класс для детей с родителями «Золотой мяч»

**Цель:** Просвещение родителей и организация совместной работы по формированию у воспитанников имиджа здорового образа жизни. Информировать о роли физического воспитания и значимости игр с мячом в физическом развитии дошкольника.

**Задачи:** формирование интереса к занятиям футболом; формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта через многообразные действия с мячом; освоение детьми игр с мячом и появление стойкого интереса к играм с мячом в самостоятельной деятельности в детском саду и дома. Развитие физических качеств: ловкости, координации, глазомера.

### Ход мероприятия.

Здравствуйте, уважаемые участники, сегодня мы пригласили вас немного поиграть в мяч. Отличительная особенность обучения игре в мяч - это ее эмоциональная направленность, позволяющая поддерживать у детей интерес к физической культуре, мотивировать ребенка к здоровому образу жизни. Каждый ребенок с раннего детства знаком с мячом. Игры с мячом очень разнообразны, они встречаются у всех народов мира и не случайно считаются самыми распространенными.

Игры с мячом развивают координацию движений, укрепляют мышцы плечевого пояса, развивают и укрепляют мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера, меткости.

В играх с мячом развиваются физические качества, такие как быстрота, прыгучесть, сила, ловкость. Также игры и упражнения с мячом влияют на совершенствование основных свойств нервной системы: силы, подвижности, уравновешенности.

Особенно большое значение придается возникновению радостных эмоций. Положительные эмоции самые действенные! Совместное выполнение движений – прекрасная школа приобщения ребенка к коллективу, к совместной деятельности. В играх, которые проводятся в парах, команде, ребенок учится работать с партнером.

Особое место занимают игры – соревнования, эстафеты с мячом, которые развивают чувство ответственности, умение достойно проигрывать. Ведь не только положительные эмоции, но и отрицательные эмоции побуждают к выполнению точных, слаженных действий.

Готовы? Тогда начинаем.

#### 1. Сначала разминка.

Ходьба по кругу с высоким подниманием колен, на пятках, на носочках, мяч в правой руке, согнутой в локте.

**2. «Пробеги не задень».** Дети встают напротив друг друга в середине зала. Родители выстраиваются рядом. Дети передают мяч друг другу без остановки. Родители должны перейти (перебежать) на противоположную сторону зала, и не зацепить мячи. Сразу обговаривайте с детьми, что бить по

мячу надо не сильно, не выше колена. Затем родители меняются местами с детьми.

3. Эстафета с мячом. Из кубиков строится домик, участники должны по очереди подвести мяч до отмеченного места, произвести удар по домику, если попал, нужно построить домик, передать мяч следующему игроку. Команда детей и родителей.

4. **«Передача мяча назад».** Участников строят в шеренгу. Передают мяч над головой, участник, который передал мяч бежит в конец колонны. Таким образом, мяч переходит из рук в руки, а колонна сдвигается назад до отмеченной линии, побеждает та команда, которая первой дойдет до линии. Соревнования проводят между несколькими командами.

5. **«Толкание мяча в обруч».** Инвентарь: гимнастический обруч, мяч. Место проведения: небольшая площадка. Основная цель — обучение приему толкать мяч под правильным углом. Подвешивают обруч на высоте 2,5—3 м над землей. На расстоянии 3—4 м от обруча проводят линию, от которой будут толкать мяч. Одна команда становится за этой линией, а вторая занимает место на другой стороне от обруча в 3—4 м от него. Игроки одной команды поочередно толкают мяч так, чтобы он пролетел через обруч. Соперники ловят мяч и бросают обратно, тот, кто бросил мяч становится в конец колонны. Каждое попадание в обруч оценивается в одно очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

Спорт – это верный путь к здоровому образу жизни. Здоровый человек – самое драгоценное произведение природы! В здоровом теле – здоровый дух! Предлагаю проверить, насколько вы заботитесь о своем здоровье.

Сделайте большой круг (ставлю в середину мяч). Я буду задавать вопросы, а вы честно на них отвечаете – если да, то шаг к мячу, если нет – стоим на месте (выполняем приставной шаг – пятка к носку). Готовы?

1. Я ежедневно делаю утреннюю гимнастику.
2. Я ежедневно хожу пешком.
3. Я посещаю бассейн, тренажерный зал или занимаюсь каким-либо спортом.
4. Я соблюдаю режим дня.
5. Я ложусь спать до 11 часов вечера.
6. Я правильно питаюсь.
7. Я умею активно отдыхать.
8. Я эмоционально уравновешен.
9. Я выполняю профилактику заболеваний.

Посмотрите, насколько близко вы оказались рядом с мячом, со спортом, а значит здоровьем. Это упражнение помогает наглядно увидеть, как вы заботитесь о своем здоровье. И это очень важно!!! Поскольку родители, ведущие здоровый образ жизни, своим личным примером мотивируют ребенка на занятие спортом!

Надеюсь, что умения, которые вы сегодня получили, пригодятся вам. Всем спасибо!

## Конспект занятия для детей старшего дошкольного возраста по познавательному развитию «Ориентировка в пространстве»

**Цель:** Закрепление пространственных представлений.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Упражнять детей в правильном обозначении положения предметов по отношению к себе;
- Упражнять в понятиях верхний – нижний, левый – правый угол.
- Упражнять в умении ориентироваться в пространстве, используя слова: «между», «впереди», «рядом».
- Закрепить умение детей считать в пределах от 1 до 10 в прямом и обратном порядке, умение называть число предыдущее и последующее названному числу.
- Закреплять умения решать простые примеры на сложение и вычитание;

**Воспитательные:**

- Воспитывать у детей умение выполнять коллективные действия;
  - Воспитывать у детей чувство взаимопомощи, доброжелательное отношение к окружающим, желание помочь.
- Воспитывать интерес к спортивным играм
- Формировать представление о здоровом образе жизни, о спорте, об игре в футбол.

**Развивающие:**

- Развивать слуховое и зрительное внимание.
- Развивать мышление, речь, память.
- Развивать смекалку.
- Развивать смекалку, зрительную память, воображение.
- Развивать умение понимать поставленную задачу и решать её самостоятельно;

**Методы и приемы:** Игровой (использование сюрпризных моментов); Наглядный (использование карты группы); Словесный (напоминание, указание, вопросы, индивидуальные ответы детей); Практический (деятельность детей); Поисковая деятельность.

**Материалы и оборудование:** Проектор, ноутбук, экран. Карта группы с условными знаками (Приложение 1). Игра - пазл «Сложи золотой мяч» (Приложение 2); Магнитная доска.

**Раздаточный материал:** Изображения футболистов в разных футболках для игры «Расставь игроков на футбольном поле»; изображение ворот и мячей для игры «Забей гол» по количеству детей, принадлежности для игры «Сложи золотой мяч» (деление мяча на 6 частей). Продолжи последовательность (по количеству детей)

**Предварительная работа:** Ознакомление с планом группы, игра «Найди по плану», счет в пределах 10, решение простых примеров на сложение и вычитание, обратный счёт от 10 до 1, упражнения на ориентирование на плоскости доски просмотр и обсуждение мультфильмов по теме футбол: «Как

звери в футбол играли», «Смешарики: Футбол». Чтение стихов о футболе: «Футбол - чудесная игра» (Ю. Зверев), загадывание загадок о футболе. Беседы «История футбола», «Футбол командная игра», «Чемпионат мира в России», «Правила игры в футбол».

**Форма организации детей:** фронтальная

### **Ход занятия**

#### **Приветствие:**

В круг широкий вижу я, встали все мои друзья,  
Мы пойдем сначала влево, а потом пойдем направо,  
В центр круга соберемся и на место все вернемся,  
Улыбнемся, подмигнем. Заниматься мы начнем.  
А чем мы с вами займемся, вы узнаете, отгадав загадку:  
Соберем команду во дворе,  
И найдем большое поле,  
Пробиваем угловой – Забиваем головой.  
И в воротах пятый гол!  
Очень любим мы. ... (Футбол)

#### **Включение в игровую ситуацию**

Звучит гимн футбола.

На интерактивной доске появляется, символ чемпионата Росси Волчонок - Забивака, который обращается к детям:

- Привет ребята, Я очень рад встрече с вами и хочу принять вас в свою команду.

Но, для того чтобы попасть в мою команду, вы должны потрудиться и собрать «Золотой мяч», фотография которого разделена на 6 частей и спрятана в группе.

Где искать фрагменты мяча, вам подскажет карта (план группы). За каждое выполненное задание вы будете получать часть мяча. Когда все задания будут выполнены, вы соберете мяч целиком.

Даю вам подсказку для выполнения заданий. Настоящий футболист должен быть не только сильным и ловким, но и уметь считать, ориентироваться в пространстве, логически мыслить. Желаю удачи!

На экране появляется карта (ребята рассматривают карту, обсуждают и выбирают направление движения и пункт назначения.)

Дети начинают движение по группе согласно карте.

**Задание 1.** Игра «Расставь игроков на футбольное поле»

(Приложение 3)

**Цель игры:** упражнять в умении ориентироваться в пространстве, используя слова: «между», «впереди», «рядом» и т.д.

Каждый игрок получает игровое поле и игроков в футболках разного цвета.

**Воспитатель:** В данном задании вам нужно будет расположить футболистов так как я вам скажу. Будьте внимательны!

- Правой рукой возьми футболиста в красной футболке и положи его в центр поля.

- левой рукой возьми футболиста в синей футболке и положи его впереди футболиста в красной футболке
- правой рукой возьми футболиста в зеленой футболке и положи его рядом с футболистом в синей футболке.
- левой рукой возьми овал и положи в правый верхний угол ковра.
- правой рукой возьми футболиста в белой футболке и положи его между футболистом в красной футболке и футболистом в синей футболке.

**Воспитатель:** Молодцы ребята, справились с 1 заданием и у нас есть первая часть золотого мяча. Двигаемся дальше по карте.

**Задание 2.** Игра «Забей гол» (Приложение 4)

**Цель игры:** закрепить пространственные представления детей, зрительные и слуховые ощущения; совершенствовать и развивать произвольное внимание, наблюдательность, моторику.)

Каждый игрок получает лист бумаги с нарисованной сеткой.

Воспитатель дает задание, дети двигают мяч в воротах. Мяч в левый верхний угол, мяч в центре ворот, в правый нижний угол. Мяч в середину нижней стороны ворот, мяч в середину правой или левой стороны и т.д.

**Воспитатель:** Молодцы ребята. Вы справились и с этим заданием и у нас есть вторая часть золотого мяча. А нас ждет следующее задание. В какую сторону двигаемся дальше?

**Задание 3. Упражнение «Смотри, не ошибись»**

**Цель:** Проверка усвоения схемы. Закрепить умение самостоятельно выделять «на себе» стороны справа, слева, вверху и т. д.)

**Воспитатель:** на третьем этапе, вам предстоит выполнить упражнение «Смотри, не ошибись». Внимание! левой рукой возьмитесь за правое ухо. Правую руку положите на левое плечо. Левую ногу выставьте немного вперед. левой рукой закройте левый глаз. правой рукой достаньте до правого колена. Выпрямились, опустили руки.

**Воспитатель:** Вы все сделали правильно и теперь у нас три части мяча. И мы продолжаем свое движение по карте.

**Задание 4.** На пути стоит магнитная доска, на которой размещены фигурки футболистов с разными номерами (Приложение 5)

**Игра «Расставь футболистов по порядку»**

**Цель:** закрепить порядковый и обратный счет, (знание цифр, счёта от 1 до 10 в прямом и обратном порядке, а также внимание и память.)

1 вариант: Дети раскладывают футболистов с номерами по порядку, далее они отворачиваются, а взрослый меняет их местами. Задача ребёнка найти и исправить ошибку.

2 вариант: «Какой футболист убежал». И игра аналогична предыдущей, разница в том, что футболист с номером убирается. Ребёнок должен сказать, какого футболиста с номером нет, и где он стоял. Например, нет футболиста с четвертым номером, он стояла между 3 и 5 и т.д. (можно применить и индивидуальную работу)

**Воспитатель:** Молодцы ребята, вы были очень внимательные. И у нас теперь четыре части мяча. Нас ждет следующее задание.

**Задание 5. Игра «Какому футболисту принадлежит мяч?»** (Приложение 5, б)

**Цель игры:** Закрепить умение детей решать простые примеры на сложение и вычитание в пределах 10

**Воспитатель:** У каждого из вас есть футболисты (3-6 шт.) с номерами. Вам предстоит узнать, какой мяч принадлежит футболисту решив пример на мяче.

**Например:** на мяче  $1+2$  ответ 3. Значит этот мяч футболиста под номером 3.

**Воспитатель:** Ребята, вы все сделали правильно. Все футболисты нашли свои мячи (У каждого футболиста свой мяч). И у нас уже пять частей мяча. Двигаемся дальше.

**Задание 6. Игра «Продолжи последовательность».** (Приложение 7)

**Цель:** Развитие логического мышления, внимания, комбинаторных способностей, смекалки. Закрепление умения составлять последовательность из разноцветных мячей на плоскости по образцу.

Воспитатель предлагает детям рассмотреть карточки и просит выложить мячи строго по образцу в определенной последовательности.

Если ребенок хорошо справляется, то можно попросить его выполнить последовательность по памяти)

**Воспитатель:** Молодцы ребята, вы справились с последним заданием и у нас появилась последняя недостающая часть мяча. Нам остается только собрать его. (Дети собирают пазл)

Звучит гимн футбола. На интерактивной доске появляется, символ чемпионата Росси Волчонок - Забивака, который обращается к детям:

Молодцы ребята, вы справились с заданиями. Теперь вы приняты в команду. А за вашу смекалку, находчивость, внимание и умение работать в команде я хочу наградить вас медалями «Юный футболист». До свидания. До встречи на тренировке.

**Рефлексия:**

- Ребята, что запомнилось, понравилось на занятии больше всего? (*Ответы детей*)

- Что было трудным (или очень легким)? Почему? (*Ответы детей*)

- Что помогло справиться с заданиями? (*Ответы детей*)

- Где это пригодится? (*Ответы детей*)

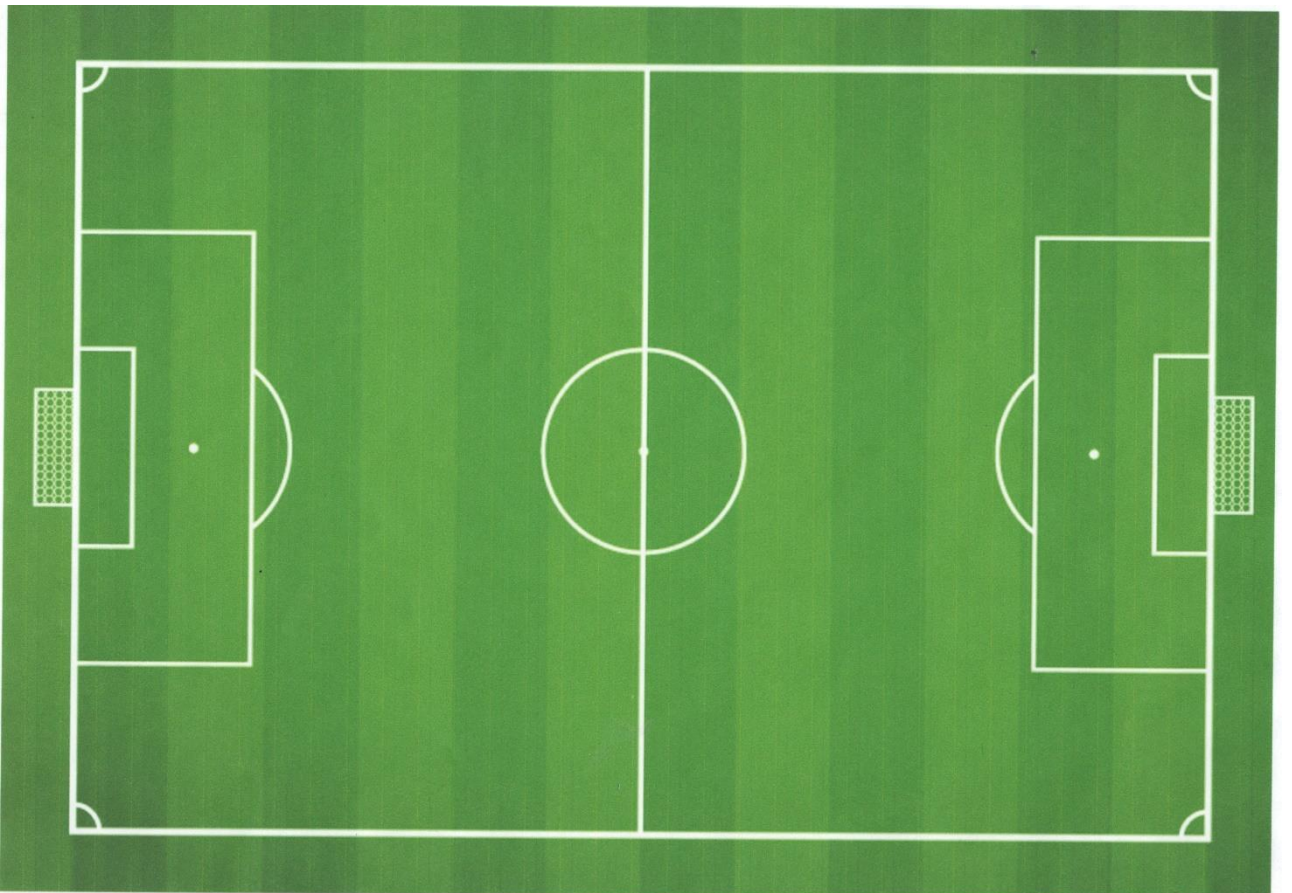
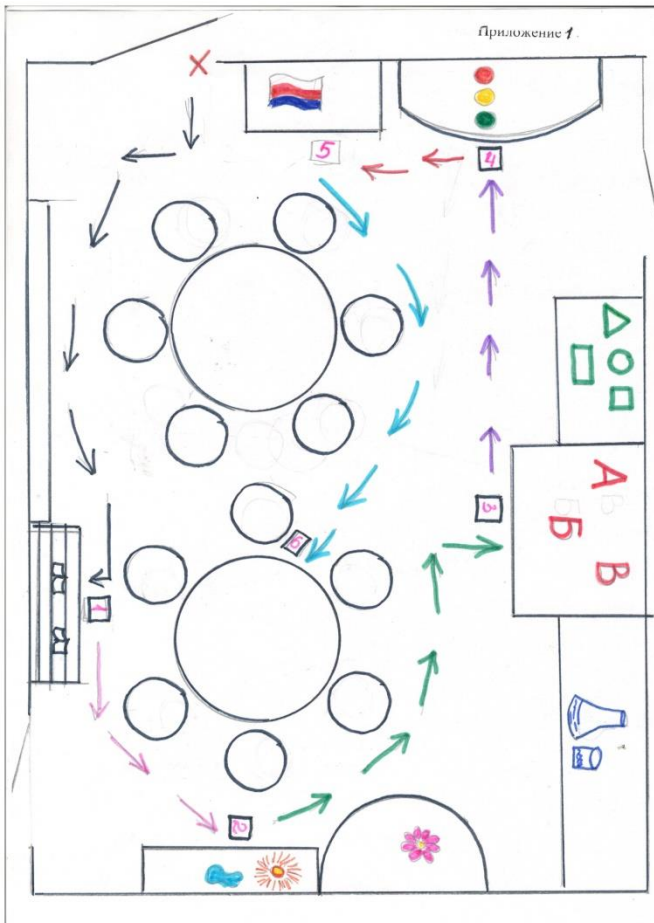
**Литература**

1. З.А. Михайлова Занимательные игровые задачи для дошкольников. – М.: Просвещение., 1990 С.94

2. Физкультминутки: Материал для проведения физкультурных пауз. О.Узорова, Е.Нефедова. – М.: ООО «Издательство Астрель»; ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО АСТ»; ЗАО НПП «Ермак»,2004.-96

3. Помораева И.А.,Позина В.А. Формирование элементарных математических представлений. Старшая группа (5–6 л). - Издательство «МОЗАИКА СИНТЕЗ», Москва,2020

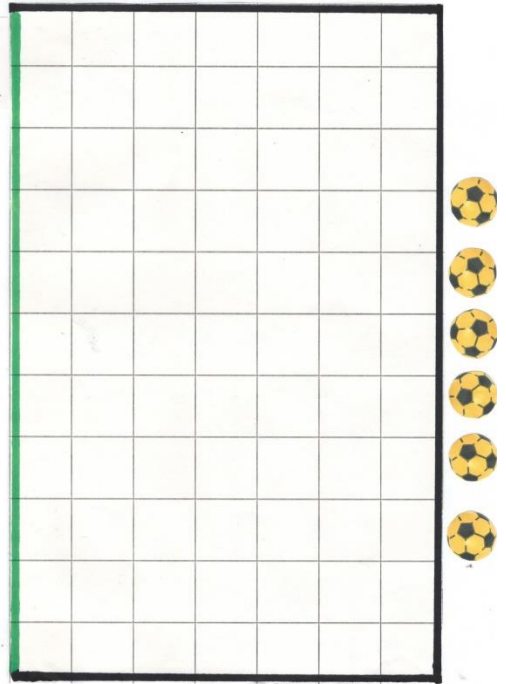




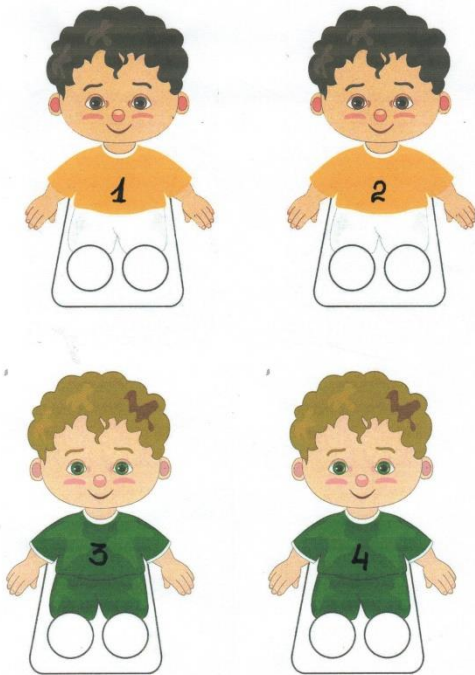
Приложение 3



Приложение 4



Приложение 5





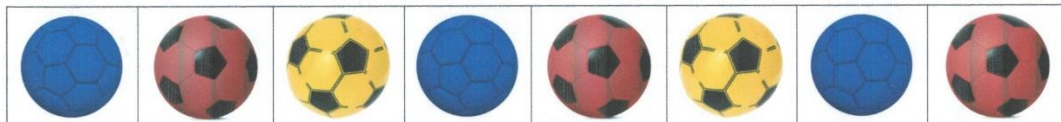
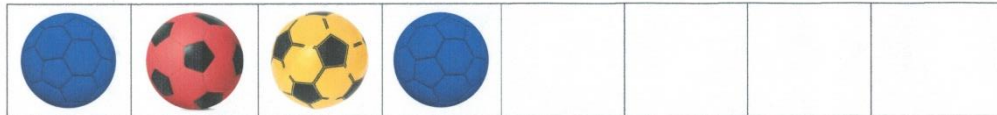
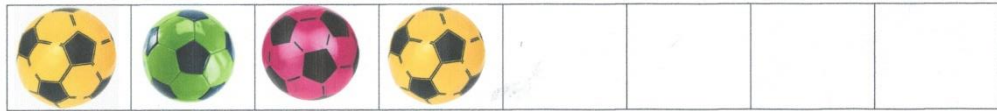


Приложение 6



Продолжи последовательность

Приложение 7



## Использованная литература

1. Программа интегративного курса физического воспитания для дошкольников подготовительной группы на основе футбола. Под общей редакцией: Н.С.Федченко - директор Центра организационно-методического обеспечения физического воспитания Департамента образования города Москвы. Центр организационно-методического обеспечения физического воспитания Департамент образования города Москвы. Москва-2013г., Авторы-составители: В.А.Круглыхин, Е.В.Ломакина, Разова Е.В.
2. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. Л.И. Пензулаева. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2019
3. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2 – 7 лет /Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2019
4. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Для занятий с детьми 3 – 7 лет. М.М. Борисова Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2019
5. Утренняя гимнастика в детском саду. 5-7 лет. Т.Е. Харченко. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2020

### Интернет ресурсы:

1. Индивидуальная подготовка юных футболистов  
<http://футбол-удары.рф/>
- 2.Картотека игр и упражнений для юных игроков  
[https://vk.com/topic-177972538\\_39970639](https://vk.com/topic-177972538_39970639)
- 3.Азбука спорта  
<https://a-sports.ru/shkola/poleznoe/>