

Пояснительная записка

«Мяч есть нечто такое, что в единении с наклоном ребенка к деятельности, благодаря своей бесконечной подвижности и разнообразию своего применения постоянно и всевозможными способами побуждает ребенка к игре... мяч имеет еще особенную прелесть, такую полную жизненного значения привлекательность для первого детства, равно как и для следующего за ним юношеского возраста, что без всякого сравнения является первой и самой важной игрушкой...» (Ф.Фребель)

В общей системе всестороннего развития человека физическое воспитание ребенка занимает важное место. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств.

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Известно, что здоровье ребенка зависит от ряда факторов - биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от характера педагогических воздействий. В многоаспектном выражении нормальное психофизическое развитие ребенка в дошкольном возрасте и последующее сохранение его здоровья зависят от уровня двигательной активности, потребность в которой для дошкольника является естественной. Потребность в движении, повышенная двигательная активность - наиболее важные биологические особенности детского организма. При их недостатке возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

Назрела острая необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Решение этой проблемы мы видим в игре в футбол. Игра в футбол динамична и эмоциональна, способствуют развитию силы, скоростно-силовых качеств, координационных способностей, быстроты, требует проявления находчивости, способности к концентрации и переключению внимания, пространственной, временной, динамической точности движений и их биомеханической рациональности. Она эффективно влияет на развитие у детей дошкольного возраста как психических процессов (внимания, восприятия, памяти, рациональности мышления, воображения), так и физиологических (усиливают кровообращение, дыхание, обмен веществ).

С этой целью была разработана программа дополнительного образования. Спортивная секция предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья. На занятиях создаются условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, дается возможность раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого ребенка. Рационально распределяется двигательная нагрузка дошкольников: с учетом физиологической реакции детей, соответствие нагрузки их возрастным и индивидуальным возможностям, уровнем подготовленности.

Игра футбол развивает ловкость, ритмичность, координацию и точность движений.

Разнообразие движений и их вариантов дает возможность развивать и совершенствовать быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость.

Наряду с физическим развитием детей решаются задачи нравственного, умственного и эстетического воспитания. Во время игры в футбол тренер активно формирует у них нравственно-волевые качества: целеустремленность, настойчивость, выдержку, смелость.

Цель: содействие оздоровлению и физическому развитию ребенка дошкольного возраста в процессе обучения игре в футбол.

Основными задачами программы являются:

- формировать представление о здоровом образе жизни, о спорте, об игре в футбол
- ознакомить с основными правилами и принципами игры
- накапливать и обогащать двигательный опыт детей (бег, бег с изменением направления и скорости, бег спиной вперед, бег приставными шагами, и т.д.)
- формировать первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в футбол (ведение, остановка, удар, передача)
- содействовать в развитии физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, сила, гибкость)
- способствовать воспитанию активности, сознательности, морально-волевых качеств, уверенности в своих силах, уважительного отношения к себе и окружающим.
- сформировать интерес и желание вести здоровый образ жизни.

Сроки реализации программы: 2 год

Состав группы: 12 человек

Продолжительность занятий: 30 мин

Формы работы с детьми и режим занятий: занятия проводятся в спортивном зале и на спортивной площадке 2 раза в неделю, 72 часа в год.

Предполагаемые результаты по реализации программы:

- укрепление здоровья детей
- повышение уровня двигательной активности
- формирование двигательных умений и навыков
- укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях
- умение чувствовать себя комфортно в большом коллективе.

Содержание рабочей программы

1. Начальный или подготовительный этап. Основной его задачей является развитие у детей координации движений, умения следить за траекторией полета мяча, выработки быстрой ответной реакции на летящий мяч. На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом.
2. Этап углубленного разучивания. Главная его задача – сделать действия детей направленными, осознанными. В этот период дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом.
3. Этап закрепления и совершенствования (основной). На этом этапе дети закрепляют полученные знания и навыки владения мячом, используя их в проведении спортивных игр и эстафет.

Методы и формы обучения

1. Повторный метод - заключается в многократном выполнении упражнений при сохранении содержания, величины, характера нагрузки (например, выполнение бросков мяча с одного и того же места определенным способом).
2. Интервальный метод - предполагает многократное повторение упражнения при строгой регламентации его продолжительности и пауз отдыха между повторениями.
3. Вариативный метод - предполагает выполнение одного и того же упражнения с мячами разного веса и в разных условиях (облегченных, нормальных и усложненных).
4. Метод сопряженных взаимодействий - основан на взаимосвязи развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков. Для этого используются специальные упражнения (в частности, с набивными мячами), направленные на развитие необходимых двигательных качеств при условии их динамического соответствия биомеханическим особенностям разучиваемых на занятии двигательных действий (элементов и частей техники конкретного двигательного действия).
5. Игровой метод - характеризуется постоянным или внезапным изменением игровых ситуаций при наличии определенного сюжета и конечной цели. Он может использоваться для избирательного воздействия на отдельные физические способности занимающихся и комплексного совершенствования их двигательной активности.
6. Соревновательный метод - это специально организованные состязания с использованием мячей (малых, больших, набивных), в которых создаются условия для индивидуальной и командной борьбы. Этот метод может применяться при воспитании физических качеств, совершенствовании технических приемов, для стимулирования интереса и активизации занимающихся. При использовании этого метода у занимающихся происходят самые высокие сдвиги в деятельности систем и функций организма.
7. Метод круговой тренировки - предусматривает выполнение серии упражнений (например, с набивными мячами) на специально подготовленных местах («станциях»). Состав упражнений подбирается с расчетом разностороннего воздействия на различные мышечные группы и физические способности занимающихся.

Тематический план занятий первого года обучения

| Темы | Всего часов | 1 год обучения |
|---------------------------------------|--------------------|-----------------------|
| 1. Техника передвижения игрока | 15 | 15 |
| 2. Удар по мячу | 15 | 15 |
| 3. Остановка мяча | 15 | 15 |
| 4. Ведение мяча | 15 | 15 |
| 5. Теоретическая подготовка | 0.5 | 0.5 |
| 6. Передача мяча | 10 | 10 |
| 7. Tактическая подготовка | 1.5 | 1.5 |
| Общее количество часов | 72 | 72 |

Оборудование

- мячи разного веса и диаметра (детские резиновые, футбольные);
- фишки;
- конусы-ориентиры;
- обручи;
- наглядные пособия: энциклопедии, альбомы с разными видами спортивных игр с мячом;
- набивные мячи;
- ворота для футбола;
- гимнастические скамейки;
- дуги, скакалки, веревки средней длины, стойки.

Инструкции

Программа будет выполнена при условии четкого взаимодействия формы работы, методов, средств обучения и тематическим планированием. Содержание работы может корректироваться в зависимости от индивидуальных особенностей детей и от творчества педагога.

Система формы контроля уровня достижений учащихся

Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 3 раза в год (сентябрь, декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Ожидаемый результат

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

Календарно-тематический план

| № п/п | Тема занятия | Кол-во ча-сов | Элементы содержания | Требования к уровню подготовленности обучающихся | Вид контроля | Дата проведения | |
|-------|---------------------------|---------------|---|--|--------------|-----------------|------------|
| | | | | | | По плану | фактически |
| 1 | 3 | 4 | 6 | 7 | 8 | | |
| | Знакомство с игрой футбол | 1 | Инструктаж по ТБ. Беседа на тему «Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире», ведение мяча по прямой (змейкой), удары по воротам, игра в футбол. | Знать историю футбола | Текущий | 06.09 | |
| | Учимся играть в футбол | 1 | Инструктаж по ТБ. Беседа: учимся играть в футбол (о технике игры в футбол) Знакомство с техникой владения мяча (перемещение, ведение, удар, остановка, отбор). Игра в футбол. | Знать технику владения мяча | Текущий | 08.09 | |
| | Диагностика | 1 | Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м). Метание набивного мяча из-за головы (1 кг/см). Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока. | Выполнить все задания | Текущий | 13.09 | |
| | Школа мяча | 1 | Перебрасывание мяча друг другу стоя, способ из-за головы; метание мяча вдаль правой и левой рукой. Игр. упр.: «Вперед с мячом». П/и: «Поймай мяч». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 15.09 | |

| | | | | | | |
|---------------------------------------|---|--|------------------------------------|---------|-------|--|
| | 1 | Перебрасывание мяча друг другу стоя, способ от груди. Метание мяча вдаль. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Игр. упр.: «Догони мяч». П/и.: «Брось, поймай». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 20.09 | |
| Школа мяча, удар по неподвижному мячу | 1 | Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Удар мяча в цель. Игр. упр.: «Солнышко». П/и.: «Мяч водящему». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 22.09 | |
| Школа мяча, ведение мяча | 1 | Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя. Ведение мяча с изменением направления. Игр. упр.: «Перенос трех мячей». П/и.: «Мяч и веревка». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 27.09 | |
| | 1 | Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях. Ведение мяча с изменением скорости. Игр. упр.: «Пингвины с мячом». П/и.: «Ловишка в кругу». М/п игра «Ручейки и озера». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 29.09 | |
| Школа мяча | 1 | Перебрасывание мяча друг другу сидя, ноги врозь. Игр. упр.: «Передал - садись». П/и «Сделай фигуру». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 04.10 | |
| Техника передвижения, ведение мяча | 1 | «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед. «Чей мяч дальше?» - удары по неподвижному мячу. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игр. упр. «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу, «Обратный поезд». П/и.: «Подвижная цель». М/п игра «Олени». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 06.10 | |

| | | | | | | | |
|---|---|--|------------------------------------|---------|-------|--|--|
| | | | | | | | |
| Удар по неподвижному мячу, ведение мяча | 1 | Бег через набивные мячи. «Чей мяч дальше?» - удар по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игр. упр.: «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. П/и. «Задержи мяч». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 11.10 | | |
| Ведение мяча с изменением направления, остановка мяча | 1 | Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами. Игр. упр. «Точный удар» - игра в парах: удар по неподвижному мячу, остановка мяча – игровая задача – не потерять мяч. П/и. «Пустое место». Игра в футбол | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 13.10 | | |
| Ведение мяча с изменением направления, игра в «стенку» | 1 | Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами на скорость. Игр. упр. «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. П/и. «Блуждающий мяч». «У ребят порядок строгий». М/п игра «Запомни и замри». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 18.10 | | |
| Ведение мяча с изменением направления, скоростное ведение | 1 | Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. «Вокруг Света» - удар мяча о стену и обратно. Ведение мяча в прямом направлении на скорость. Игр. упр. «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. П/и. «Ловкий оленевод». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 20.10 | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|------------------------------------|---------|-------|--|
| Ведение с изменением направления, передача мяча | 1 | Удары по воротам. Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Игр.упр. «Вокруг света» «Не выпускать мяч из круга», П/и. «Меткий стрелок». игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 25.10 | |
| Передача мяча, ведение | 1 | Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр. «Футбол вдвоем», «Ловкие ребята». П/и «Шишки, желуди, орехи». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 27.10 | |
| Техника владения мячом | 1 | Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). Метание набивного мяча от груди двумя руками. Игр.упр. «Серпантин», «Передал - садись» - броски и ловля мяча. П/ и. «Ловля оленей». М/п игра «Летает - не летает». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 01.11 | |
| | 1 | Техника владения мячом (перекаты мяча в движении). Передача мяча друг другу, стоя на месте. Игр. упр. «Светофор» (во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста), «Три мяча». П/ и.: «Волк и олени». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 03.11 | |
| Техника передвижения | 1 | Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад) Игр.упр.«Найди свой цвет», «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч. П/и.: «Стой!». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 08.11 | |

| | | | | | | | |
|--|---|---|--|------------------------------------|---------|-------|--|
| | | | | | | | |
| | Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча. | 1 | Ведение мяча вокруг себя правой, левой ногой. Подъем мяча. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног. «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 10.11 | |
| | Ведение с последующим ударом по воротам | 1 | Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Ведение мяча правой, левой ногой и вокруг себя. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, П/и.: Меткий стрелок» попадание мячом в обруч. Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 15.11 | |
| | Ведение с последующим ударом по воротам | 1 | Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Удар мяча в цель. Игр. упр. «Найди свой цвет», «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка), «Попади в ворота» -удар мяча в ворота разными способами, с разных точек, П/и. «Мяч с топотом». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 17.11 | |
| | Челночный бег | 1 | Челночный бег . Ведение мяча - челнок. Игр. упр. «Вышло солнце из-за речки», «По кочкам» (прыжки), «Дойди – не урони» - ведение мяча в средней и высокой стойке до черты. П/и.: «Успей поймать!». М/п игра «Ухо-лоб-нос». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 22.11 | |
| | Школа мяча, развитие равновесия | 1 | Передача мяча двумя руками от груди в парах. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 24.11 | |

| | | | | | | |
|---|---|---|------------------------------------|---------|-------|--|
| | | перешагиванием через набивные мячи. Игр.упр. «Горячая картошка». П/игра «У кого меньше мячей». Игра в футбол. | | | | |
| Передача, развитие равновесия | 1 | Передача мяча. Подскоки с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр. упр. «Колобок». П/игра «У кого меньше мячей». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 29.11 | |
| Прыжки из стороны в сторону, подъем мяча | 1 | Прыжки на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева. Перебрасывание мяча друг другу через шнур. Игр.упр. «Головой удерживая мяч». П/и.: «Охотники и звери». М/п игра «У кого мяч». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 01.12 | |
| Передача мяча в тройках, прыжки | 1 | Передача мяча в тройках. Закреплять умение прыгать на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева. Игр.упр. «Головой удерживая мяч». П/и. «Поймай мяч». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 06.12 | |
| умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра | 1 | Беседа: умей нападать, умей защищаться. Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3на3 | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 08.12 | |
| Диагностика | 1 | Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м). Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 13.12 | |
| Ознакомление с обманными движениями | 1 | Ознакомление с обманными движениями. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. П/игры «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 15.12 | |

| | | | | | | | |
|--|---|--|------------------------------------|---------|-------|--|--|
| | | | | | | | |
| Ведение с обманными движениями | 1 | Ведение мяча с обманными движениями. Передача мяча в парах. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. П/игра «Отбивка оленей». М/п игра «Жучок на спине» – формирование правильной осанки. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 20.12 | | |
| Ведение с ударом | 1 | Ведение с ударом по воротам. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. П/игра «Кого назвали – тот и ловит мяч». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 22.12 | | |
| Ведение с дальнейшей передачей мяча партнеру | 1 | Ведение и передача. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. П/ игры «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 27.12 | | |
| Простейшие правила игры | 1 | Беседа: простейшие правила игры. Вспомнить основные элементы техники игры. Игра в футбол | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 29.12 | | |
| Как избежать травматизма? | 1 | Беседа: как избежать травматизма. Ведение мяча по прямой, змейкой. Удары в цель. Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 10.01 | | |
| Школа мяча | 1 | Перебрасывание мяча друг другу стоя способ снизу (расстояние 3-4 м). Метание малого мяча вдаль правой и левой рукой. Игр. упр.: «Подскок», «Толкни – поймай». П/и.: «Воевода». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 12.01 | | |
| Школа мяча | 1 | Перебрасывание мяча друг другу стоя способ из-за головы. Метание малого мяча в вертикальную цель, в броске мяча вверх и ловле его двумя руками. Игр. упр. «Головой удерживая мяч», «Подскок», «Мяч в обруч». П/и.: «Колобок». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 17.01 | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|------------------------------------|---------|-------|--|
| Школа мяча | 1 | Бросание мяча друг другу вперед-вверх от головы двумя руками в приседе. Отбивание мяча об стенку с хлопком. Игр. упр.: «Отбивалки», П/и.: «Летучий мяч». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 19.01 | |
| Школа мяча, скоростное ведение по прямой | 1 | Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Бросок мяча двумя руками от груди в стену и ловля его партнером, стоящим сзади. Ведение мяча по прямой. Игр. упр.: «Не задень предмет», «Быстро за мячом». П/и.: «Защита крепости». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 24.01 | |
| Школа мяча. Ведение с остановкой и изменением скорости | 1 | Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях, спиной друг к другу. Ведение мяча с остановкой и изменением скорости. Игр. упр.: «Переноска мячей». П/и: «Играй, играй, мяч не теряй». М/п игра «Повтори-ка». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 26.01 | |
| Школа мяча, скоростное ведение с изменением направления | 1 | Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом. Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Ведение с изменением направления Игр. упр.: «Передал-садись». П/и.: «Успей поймать». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 31.01 | |
| Техника передвижения, скоростное ведение | 1 | Бег через набивные мячи. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Ведение мяча с изменением направления. Игр. упр. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой, «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. П/и. «Пустое место» (пятнашки с вызовом). Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 02.02 | |
| Ведение мяча, удары по неподвижному мячу | 1 | Ведение мяча между ориентирами. Удары по неподвижному мячу. Игр. упр. «Подвижная цель» - дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в водящего, «Чей мяч дальше?». П/и. «Разноцветный | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 07.02 | |

| | | | | | | |
|--|---|--|------------------------------------|---------|-------|--|
| | | мячик». М/п игра «Тик-так». | | | | |
| Техника передвижения, передача мяча | 1 | Бег по прямой и спиной вперед. Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр.». «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед, «Футбол вдвоем» - игра в парах: приемы мяча – игровая задача – не потерять мяч, ведение мяча с передачи. П/и «Мяч и веревка». М/п игра «Будь внимательным». | Уметь выполнять технические приемы | Текущий | 09.02 | |
| Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу | 1 | Передача мяча друг другу в движении. Удары по воротам; удар мяча о стену и обратно. Игр.упр.«Точный удар», «Кто больше отобьет». П/и. «Пятнашки». Игра в футбол | Уметь выполнять технические приемы | Текущий | 14.02 | |
| Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу | 1 | Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Удары по воротам. Игр.упр. «Вокруг света» - ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях, «Не выпускать мяч из круга», «Забей в ворота». П/и. «Белые медведи». Игра в футбол | Уметь выполнять технические приемы | Текущий | 16.02 | |
| Ведение мяча восьмеркой, передачи мяча | 1 | Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Ведение мяча парами. Передача мяча ногой по кругу. Игр. упр. «Ведение мяча парами», «Забей в ворота». П/и. «Мяч с топотом». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приемы | Текущий | 21.02 | |
| Игра в футбол по заданию | 1 | Игр. упр. «С двумя мячами», «Борьба за мяч». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приемы | Текущий | 23.02 | |

| | | | | | | |
|--|---|---|------------------------------------|---------|-------|--|
| Школа мяча | 1 | Перебрасывание мяча из одной руки в другую. Отбивание мяча на месте. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками. Прокатывание мяча вперед головой. Игр. упр. «Передал - садись» -броски и ловля мяча, «Светофор» - во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста. П/и «Салки с мячом». М/п игра. «Передай мяч соседу». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 28.02 | |
| Школа мяча, ведение с обманными движениями | 1 | Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. Ведение мяча с обманными движениями. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падай не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 02.03 | |
| Школа мяча | 1 | Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча обеими руками. Бросание мяча и ловля его двумя руками. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падай не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч, П/и. «Охотники и утки». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 07.03 | |
| Передача мяча в парах, открывание | 1 | Передача мяча друг другу в быстром темпе. Открывание. Игр.упр. «Лови, бросай – падай не давай», «Туннель» -прокатывание мяча между ног, «Меткий стрелок».П/и. «Займи свободный кружок». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 09.03 | |
| Передача мяча в движении, | 1 | Передача мяча в движении. Ведение мяча. Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами (открывание). | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 14.03 | |

| | | | | | | |
|--|---|--|------------------------------------|---------|-------|--|
| открывание. | | П/и. «Ловля оленей», «Мяч капитану». Игра в футбол. | | | | |
| Ведение с последующим ударом в цель | 1 | Ведение с последующим ударом в цель, с разных участков поля. Игра в футбол. Релаксация «Наедине с дождем». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 16.03 | |
| Ведение мяча с препятствиями | 1 | Игр. упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол. Релаксация «Волшебный сон». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 21.03 | |
| Передача мяча в тройках, развитие равновесия | 1 | Передача мяча в тройках. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр. упр. «Кто быстрее?». П/игра «Пустое место». М/п игра «Мяч по кругу». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 23.03 | |
| Школа мяча, передача мяча в тройках в движении | 1 | Передача мяча через сетку в парах способом из-за головы. Ползание под дугами, головой прокатывая набивной мяч. Передача мяча в тройках, в движении. П/игра «Успей перебежать». «Здравствуй, догони!». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 28.03 | |
| Развитие силы и координации | 1 | Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. П/игры «Штандр. Мячик кверху», «Удочка». Игра в футбол. М/п игра «Кузнечик» – формирование правильной осанки. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 30.03 | |
| Элементы игры в волейбол | 1 | Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от. Игра в зайчика 3x1. П/игры «Не урони мяч». «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол М/п игра «Сделай фигуру». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 04.04 | |

| | | | | | | |
|--|---|--|------------------------------------|---------|-------|--|
| Как достичь положительного результата | 1 | Беседа: как достичь положительного результата? Игра по упрощенным правилам 3 на 3 | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 06.04 | |
| Развитие координации, техника владения мячом | 1 | Бег по координационной лесенке. Футбольное путешествие. П/и. «Пятнашки с мячом», «Беспокойный мяч». М/п игра «Вызов по имени». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 11.04 | |
| Развитие равновесия, техника владения мячом | 1 | Ходьба по гимнастической скамье с перекладыванием малого мяча перед собой из правой руки в левую. Отбивание мяча от стены и ловля его двумя руками. Футбольное путешествие. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 13.04 | |
| Игра | 1 | Игра по упрощенным правилам 1 на 1 | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 18.04 | |
| Игра | 1 | Игра по упрощенным правилам 4 на 4 | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 20.04 | |
| Ведение с последующим ударом по воротам | 1 | Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Удар мяча в цель. Игр. упр. «Найди свой цвет», «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка), «Попади в ворота» - удар мяча в ворота разными способами, с разных точек, П/и. «Мяч с топотом». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 25.04 | |
| Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча. | 1 | Ведение мяча вокруг себя правой, левой ногой. Подъем мяча. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног. «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 27.04 | |

| | | | | | | |
|--|---|--|------------------------------------|---------|-------|--|
| Техника владения мячом | 1 | Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). Метание набивного мяча от груди двумя руками. Игр.упр. «Серпантин», «Передал - садись» - броски и ловля мяча. П/ и. «Ловля оленей». М/п игра «Летает - не летает». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 02.05 | |
| Техника владения мячом | 1 | Техника владения мячом (перекаты мяча в движении). Передача мяча друг другу, стоя на месте. Игр. упр. «Светофор» (во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста), «Три мяча». П/ и.: «Волк и олени». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 04.05 | |
| Диагностика | 1 | Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 x 2 м). | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 09.05 | |
| Ведение с обманными движениями | 1 | Ведение мяча с обманными движениями. Передача мяча в парах. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. П/игра «Отбивка оленей». М/п игра «Жучок на спине» – формирование правильной осанки. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 11.05 | |
| Ведение с ударом | 1 | Ведение с ударом по воротам. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. П/игра «Кого назвали – тот и ловит мяч». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 16.05 | |
| Ведение с дальнейшей передачей мяча партнеру | 1 | Ведение и передача. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. П/ игры «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 18.05 | |

| | | | | | | |
|---------------------------------------|---|---|------------------------------------|---------|-------|--|
| Школа мяча, ведение мяча | 1 | Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях. Ведение мяча с изменением скорости. Игр. упр.: «Пингвины с мячом». П/и.: «Ловишка в кругу». М/п игра «Ручейки и озера». | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 23.05 | |
| Школа мяча, удар по неподвижному мячу | 1 | Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Удар мяча в цель. Игр. упр.: «Солнышко». П/и.: «Мяч водящему». Игра в футбол. | Уметь выполнять технические приёмы | Текущий | 25.05 | |
| | | Чаепитие | | | 30.05 | |

Учебно-методический комплект

1. Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. – М.: ФиС, 1978.
2. Андреев С.Н. Мини-футбол. – М.: ФиС, 1978.
3. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 1985.
4. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.
5. Гагаева Г.М. Психология футбола. – М.: ФиС, 1979.
6. Гриндлер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
7. Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
8. Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).
9. Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1981.
10. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1978.
11. Чанади А. Футбол. Стратегия. – М.: ФиС, 1881.
12. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. – М., 1974.
13. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.
14. Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008 г.
15. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой» 2006 г.
16. Дмитриев И. Л. Программа по футболу для детей дошкольного возраста «Юный Футболист»

