

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
центр творчества и развития «Радуга»



Утверждаю

Директор МУ ДО ЦТР «Радуга»

Н.Л. Соловьева

«01» сентября 2020 г.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа  
физкультурно - спортивной направленности  
«Веселый мяч»

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Чекарина Елена Сергеевна, педагог  
дополнительного образования

2020 г.

## Содержание.

1. Пояснительная записка.....	3
2. Ожидаемые результаты .....	7
3. Учебно-тематический план.....	8
4. Календарно- тематическое планирование.....	9
5. Формы аттестации обучающихся.....	19
6. Методическое обеспечение.....	20
7. Список источников.....	22

### **Пояснительная записка.**

Наши дети живут в условиях постоянно меняющейся действительности. Все чаще можно встретить во дворе скушающих, равнодушных к спортивным и подвижным играм, слабых и неумелых мальчишек и девчонок. Многие ребята перестали выходить играть во двор, отдавая предпочтения малоподвижным видам деятельности: телеиграм, занятием с конструктором, компьютерным играм.

Это вызывает озабоченность педагогов и врачей: мало, очень мало двигаются дети. А для ребенка малоподвижный образ жизни - это потеря здоровья, нарушение физического и интеллектуального развития. Именно в спортивных играх ребенок получает уникальную возможность проявить собственную активность, ликвидировать дефицит движений, реализовать и утвердить себя, получить массу радостных эмоций и переживаний.

Использование в дошкольном возрасте игр с элементами спорта как средства и формы организации физического и психологического развития ребенка, создает условия для гуманизации педагогического процесса, превращает из ребенка объекта социально-педагогического воздействия в субъект активной творческой деятельности и на основе развития внутренних мотивов к самосовершенствованию.

Обучение этим играм обеспечивает детям разные права в овладении ценностями физической культуры и каждому ребенку право выбора, предоставляет возможности для проявления личных интересов и способностей. Естественно, чтоб достичь этих результатов возможно при условии ненасильственного стимулирования моторного развития. Утрата массовости физкультурного движения, упадок "дворового спорта", невозможность для многих семей пользоваться платными услугами в сфере физического воспитания детей вызывают необходимость активизации и

систематизации процесса обучения играм с элементами спорта в дошкольных учреждениях.

Игра представляет собой первую доступную для дошкольников форму деятельности, которая предполагает сознательное воспроизведение и усовершенствование движений. В этом отношении моторное развитие, совершаемое дошкольником в игре, является настоящим прологом к сознательным физическим упражнениям школьника.

Значение двигательных действий в общем развитии ребенка очень велико. Игры с элементами спорта требуют от детей большой самостоятельности, быстроты, ловкости движений, ориентации в пространстве. Они являются высшей формой обычных подвижных игр. Ребенок в кратчайшие промежутки времени должен увидеть создавшуюся обстановку (расположение партнеров и противника, положение мяча), оценить, выбрать наиболее правильные действия и применить их. Все это требует от играющих развития определенных умений и навыков.

Для игр с элементами спорта характерна определенная специфика и точность двигательных действий, определенный состав участников, распределение функций, четкая организация игровых условий (разметка площадки, подбор инвентаря).

Овладение элементами футбола отличается большим разнообразием взаимодействия сенсорных систем различной модальности, что также является фактором совершенствования организации движений.

В футболе совершенствуются «чувство мышечных усилий», «чувство пространства», «чувство времени», «чувство мяча». Кроме того, футбол позволяет ребенку овладевать разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество.

Актуальность проблемы заключается в том, что аспекты обучения элементам спортивных игр построены с учетом разного уровня развития каждого ребенка, а также конкретных природных условий.

Данная программа разработана в соответствии с положениями Закона «Об образовании», Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

В период с шестого и седьмого годов жизни ребёнка в его организме существенно пребывает мышечная сила, развивается координация движений. Сформировавшиеся ранее умения превращаются в навыки. Дошкольник подготовительной группы способен различать направление, амплитуду, скорость и ритм движения, изменять характер движения, проявлять выразительность, имитируя действия животных, птиц.

Он совершает действия, требующие приспособления к изменяющимся условиям, убегать от водящего в игре, способен сочетать несколько действий: бросок и ловля мяча с хлопками, бег со скакалками, бег по кочкам. Иначе говоря, в этот период развития создаются все возможности для систематического обучения основным элементам техники физических упражнений.

Ключевой формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра. Большое влияние игры с мячом оказывают и на психическое развитие ребёнка, формирование важных качеств личности. Они вызывают положительные эмоции, развивают тормозные процессы: в ходе игры детям приходится реагировать движением на одни сигналы и удерживаться от движения при других. В этих играх развивается воля, сообразительность, смелость, быстрота реакции и др.

Футбол - подвижная игра с мячом, одна из самых популярных игр в нашей стране и мире. Обучение футболу отвечает всем требованиям психомоторного развития старших дошкольников.

Разнообразие технических и тактических действий игры в футбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений у детей, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные

действия игры в футбол и сопряжённые с ним физические упражнения являются средствами укрепления здоровья.

Целевые ориентиры освоения программы включают в себя интегративные качества ребёнка, которые он может приобрести в результате освоения программы: физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками; любознательный, активный; эмоционально отзывчивый; овладевший средствами общения и способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками; способный управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдающий элементарные общепринятые нормы и правила поведения; способный решать интеллектуальные и личностные задачи (проблемы), адекватные возрасту; имеющий первичные представления о себе, семье, обществе, государстве, мире и природе; овладевший универсальными предпосылками учебной деятельности - умениями работать по правилам и по образцу, слушать взрослого и выполнять его инструкции; овладевший необходимыми умениями и навыками.

**Цель:** обеспечение оптимальной двигательной активности и укрепление здоровья через организацию занятий с использованием приёмов (элементов) техники владения мячом в футболе.

**Задачи:**

- развивать основные физические качества и повышать функциональные возможности организма дошкольников;
- формировать у детей интерес к занятиям физической культурой с элементами футбола;
- познакомить и разучить приёмы (элементы) техники владения мячом в футболе;

**Участники программы**

- дети;

- инструктор физкультуры;
- медсестра;
- педагоги;
- старший воспитатель;
- директор Начальной школы-детский сад поселок Юбилейный.

### **Ожидаемые результаты.**

В области воспитания:

- адаптация ребенка к жизни в социуме, его самореализация;
- развитие коммуникативных качеств;
- формирование морально-волевых качеств.

В области физического воспитания:

- потребность в здоровом и активном образе жизни;
- стремление к физическому совершенствованию;
- стремление к овладению основами техники и тактики игры в футбол.

Результаты работы в данной деятельности отслеживаются в наблюдениях за работоспособностью, мотивацией, посещаемостью занятий обучающимися, динамикой роста индивидуальных и групповых показателей физической подготовленности обучающихся.

По окончании учебного года уровень знаний, умений и навыков обучающихся должен соответствовать требованиям контрольно-переводных нормативов.

### **Количество и продолжительность занятий**

<b>№</b>	<b>Группа</b>	<b>Кол-во в неделю</b>	<b>Продолжительность</b>
1	Подготовительная	2 раза в неделю	25-30 минут

**Учебно – тематический план на 2019 – 2020 учебный год.**

№	Разделы подготовки.	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	В процессе занятий		
2	Охрана труда и техника безопасности			
3	Общая физическая подготовка	5	15	20
4	Атлетическая подготовка	5	15	20
5	Техническая подготовка	5	15	20
6	Тактическая подготовка	2	8	10
7	Соревновательная подготовка, контрольные нормативы	-	2	2
	Всего часов	17	55	72

**Календарно – тематическое планирование на 2019 – 2020 учебный год.**

№	Блок	Месяцы	Неделя	Организационно-методические указания
1	атлетическая подготовка	Сентябрь	1 неделя	Контрольный срез на начало года: («змейкой»; бег с изменением темпа по команде (ускорение, замедление); спиной вперед; со сменой направляющего; в колонне по одному с перестроением в пары по сигналу; с препятствиями. 1. –Разные виды ходьбы и бега. 2. а) Удар по неподвижному мячу, б) удар по стене, в ворота. в) способы остановки мяча. г) перекачивание мяча друг



				<p>другу правой-левой ногой ( по 10-15 р.)</p> <p>П.и. « Мы-веселые ребята»</p> <p><b>3. Дыхательные упражнения</b></p>
	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Сентябрь</i>	<i>2 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> ОРУ с мячом</p> <p>а) удар по неподвижному мячу</p> <p>б) удар в ворота</p> <p>в) способы остановки мяча.</p> <p>П.и. «Удочка»</p> <p><b>3.</b> Ходьба на восстановление дыхания</p>
	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Сентябрь</i>	<i>3 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> ОРУ без предметов</p> <p>а) ведение мяча по прямой, «держат» мяч.</p> <p>б) удар по неподвижному мячу,</p> <p>в) удар по стене и обратно («кто больше отобьет»)</p> <p>Игровое задание «Сороконожки» (присев, упор сзади, перебраться за линию)</p> <p><b>3.</b> Ходьба змейкой, с изменением направления</p>
	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Сентябрь</i>	<i>4 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> ОРУ без предметов</p> <p>а) ведение мяча по прямой («кто скорее к финишу»),</p> <p>б) поза футболиста повторить,</p> <p>в) ведение мяча между кеглями («ловкие ребята»)</p> <p>П.и. «Дружные ребята» (гуськом, держась за пояс, пройти друг за другом, дойти до флажка)</p> <p><b>3.</b> Дыхательные упражнения</p>
<b>2</b>	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Октябрь</i>	<i>1 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> ОРУ с малым мячом</p> <p>а) ведение мяча между кеглями («ловкие ребята»)</p> <p>б) ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях («вокруг света»)</p> <p>в) «поза футболиста»</p>

				<p>П.и. «Пустое место»</p> <p><b>3.</b> Ходьба на восстановление дыхания</p>
	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Октябрь</i>	<i>2 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> ОРУ с малым мячом</p> <p>а) ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях («вокруг света»)</p> <p>б) быстрая передача мяча по кругу («не выпускай мяч»)</p> <p>в) удар по стене и обратно</p> <p>П.и. «У ребят порядок строгий»</p> <p><b>3.</b> Ходьба со сменой ведущего.</p>
	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Октябрь</i>	<i>3 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> ОРУ с малым мячом</p> <p>а) ведение мяча между кеглями («ловкие ребята»)</p> <p>б) ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях («вокруг света»)</p> <p>П.и. «Пустое место»</p> <p><b>3.</b> Ходьба на восстановление дыхания.</p>
	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Октябрь</i>	<i>4 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> а) ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях («вокруг света»)</p> <p>б) быстрая передача мяча по кругу («не выпускай мяч»)</p> <p>в) удар по стене и обратно</p> <p>П.и. «У ребят порядок строгий»</p> <p><b>3.</b> Ходьба со сменой ведущего.</p>
<b>3</b>	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Ноябрь</i>	<i>1 неделя</i>	<p><b>1.</b> Ходьба: в колонне по одному, двое, трое. Бег: по скамейке, спиной вперед.</p> <p><b>2.</b> ОРУ с кубиком</p> <p>а) быстрая передача мяча по кругу («не выпускай мяч»)</p> <p>б) дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в водящего («подвижная цель»)</p> <p>в) ведение мяча в парах</p> <p>П.и. «Шишки, желуди, орехи»</p> <p><b>3.</b> Дыхательные упражнения.</p>
	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Ноябрь</i>	<i>2 неделя</i>	<p><b>1.</b> Ходьба: в колонне по двое,</p>

	<b>подготовка</b>			<p>трое. Бег: с остановкой на сигнал, на скорость.</p> <p><b>2.</b> ОРУ с кубиком</p> <p>а) дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в водящего («подвижная цель»),</p> <p>б) ведение мяча парами (ребенок без мяча идет или бежит, ребенок с мячом должен не отстать),</p> <p>П.и. «Мы –веселые ребята»</p> <p><b>3.</b> Ходьба на восстановление дыхания.</p>
	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Ноябрь</i>	<i>3 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> ОРУ со средним мячом</p> <p>а) ведение мяча парами (ребенок без мяча идет или бежит, ребенок с мячом должен не отстать),</p> <p>б) попадание в цель (ведение и удар по кегле).</p> <p>в) точная передача мяча партнеру</p> <p>П.и. «Стоп»</p> <p><b>3.</b> Ходьба со сменой ведущего, направления.</p>
	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Ноябрь</i>	<i>4 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> ОРУ со средним мячом</p> <p>а) точная передача мяча партнеру</p> <p>б) ведение мяча парами (ребенок без мяча идет или бежит, ребенок с мячом должен не отстать),</p> <p>в) ведение мяча с борьбой («борьба за мяч», один ребенок ведет мяч, другой вступает в борьбу)</p> <p>П.и. «Не оставайся на полу»</p> <p><b>3.</b> Дыхательные упражнения.</p>
<b>4</b>	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Декабрь</i>	<i>1 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бег (непрерывный бег в течение 1 мин).</p> <p><b>2.</b> ОРУ с мешочком</p> <p>а) ведение мяча парами (ребенок</p>

				<p>без мяча идет или бежит, ребенок с мячом должен не отстать),</p> <p>б) попадание мячей в ворота, с расстояния 4 м, чья команда больше забьет. («забей в ворота»)</p> <p>П.и. «Построй, как хочешь»</p> <p><b>3. Ходьба с заданием для рук.</b></p>
	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Декабрь</i>	<i>2 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> ОРУ с мешочком</p> <p>а) попадание мячей в ворота, с расстояния 4 м, чья команда больше забьет. («забей в ворота»)</p> <p>б) ведение мяча змейкой 3-4 кегли. Дети стоят в 2 колоннах.</p> <p>П.и. «Пятнашки»</p> <p><b>3.</b> Дыхательные упражнения.</p>
	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Декабрь</i>	<i>3 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> ОРУ в парах</p> <p>а) обучение отбивания мяча на колене.</p> <p>в) ведение мяча с борьбой («борьба за мяч», один ребенок ведет мяч, другой вступает в борьбу).</p> <p>П.и «Ловишки с ленточкой»</p> <p><b>3.</b> Дыхательные упражнения.</p>
	<b>атлетическая подготовка</b>	<i>Декабрь</i>	<i>4 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> ОРУ в парах</p> <p>а) попадание мячей в ворота, с расстояния 4 м, чья команда больше забьет. («забей в ворота»)</p> <p>б) ведение мяча с борьбой («борьба за мяч», один ребенок ведет мяч, другой вступает в борьбу).</p> <p>П.и «Ловишки»</p> <p><b>3.</b> Дыхательные упражнения.</p>
<b>5</b>	<b>техничко-тактическая подготовка</b>	<i>Январь</i>	<i>2-3 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> а) ведение мяча вокруг своего партнера, умение держать мяч, б) обучение отбивания мяча на</p>

				<p>колене. Игры по футболу: «Передача мяча ногами» «Не выпусти мяч из круга» П.и. «Кто быстрее» <b>3. Дыхательные упражнения.</b></p>
	<b>техническая- тактическая подготовка</b>	<i>Январь</i>	<i>4 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега. <b>2.</b> а) «Вокруг света» (ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях) б) попадание в ворота мяча Игры по футболу: «Выбей мяч из круга» «Передача мяча ногами» П.и. «Ловишки парами» <b>3.</b> Ходьба двойками, тройками.</p>
<b>6</b>	<b>техническая- тактическая подготовка</b>	<i>Февраль</i>	<i>1 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега. <b>2.</b> а) «Вокруг света» (ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях) б) попадание мячей в ворота, с расстояния 3 м, чья команда больше забьет. («забей в ворота») б) ведение мяча змейкой Игры по футболу: 1. Передача мяча ногами 2. Выбей мяч из круга. П.и. «Третий лишний» <b>3.</b> Ходьба с заданием для рук.</p>
	<b>техническая- тактическая подготовка</b>	<i>Февраль</i>	<i>2 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега. <b>2.</b> а) отбивание мяча на колене. б) ведение мяча с борьбой («борьба за мяч», один ребенок ведет мяч, другой вступает в борьбу). Игры по футболу: 1. Забей гол. 2. «Попади в кеглю» с расст.2,5 м. П.и. «Ловишки с ленточкой» <b>3.</b> Дыхательные упражнения.</p>
	<b>техническая-</b>	<i>Февраль</i>	<i>3 неделя</i>	<b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.

	<b>тактическая подготовка</b>			<p><b>2.</b> а) дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в водящего («подвижная цель»), б) ведение мяча парами (ребенок без мяча идет или бежит, ребенок с мячом должен не отстать),</p> <p>Игры по футболу:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Забей гол.</li> <li>2. Передай пас.</li> </ol> <p>П.и. Стоп»</p> <p><b>3.</b> Ходьба на восстановление дыхания.</p>
	<b>технико-тактическая подготовка</b>	<i>Февраль</i>	<i>4 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> а) остановке мяча, погашая его скоростью уступающим шагом, б) ведение мяча змейкой 3-4 кегли.</p> <p>Игры по футболу:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Точно в цель.</li> <li>2. Передай пас.</li> </ol> <p>П.и. « У ребят порядок строгий»</p> <p><b>3.</b> Ходьба со сменой ведущего.</p>
<b>7</b>	<b>технико-тактическая подготовка</b>	<i>Март</i>	<i>1 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> а) ведение мяча змейкой, б) «С двумя мячами» (два ребенка одновременно посылают друг другу мяч, дети стоят напротив друг друга)</p> <p>Игры по футболу:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Светофор»</li> <li>2. «Чей мяч дальше» (удар по неподвижному мячу с разбегу. Дети строятся в шеренгу на расст. 0,5 м. Мяч на линии, дети отходят на 2-3 шага назад. По сигналу разбегаются и ударяют по мячу, после чего пытаются догнать его и быстро занять исходную позицию)</li> </ol> <p>Знакомство с правилами игры в футбол:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- игра начинается с центра поля по свистку,</li> <li>- мяч вбрасывается, если вышел</li> </ul>

				<p>за линию,  - мяч нельзя брать руками, кроме вратаря, но только с площадки ворот  - нельзя толкать играющих ногой  - если игрок упал, время приостанавливается.  Проводятся 1 тайм по 5 минут.  <b>3. Ходьба с заданием для рук.</b></p>
	<b>технико-тактическая подготовка</b>	<i>Март</i>	<i>2 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.  <b>2.</b> а) удары мяча по стене и обратно,  б) ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях («вокруг света»)  Игры по футболу:  <b>1.</b> «Кто быстрее к финишу»  Дети строятся в шеренгу за линией. Педагог дает установку (ведение мяча правой ногой), дети ведут мяч, стараясь его не потерять и прибежать к финишу. Задания меняются: вести мяч попеременно левой-правой ногой. После финиша предлагается докатить мяч руками на линию старта.  <b>2.</b> «Чей мяч дальше»  Проводятся 2 тайма по 5 минут.  <b>3.</b> Дыхательные упражнения.</p>
	<b>технико-тактическая подготовка</b>	<i>Март</i>	<i>3 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.  <b>2.а)</b> ведение мяча парами (ребенок без мяча идет или бежит, ребенок с мячом должен не отстать),  б) попадание мячей в ворота, с расстояния 3 м, чья команда больше забьет. («забей в ворота»)  Игры по футболу:  <b>1.</b> «Ловкие ребята»  (ведение мяча между кеглями поочередно левой-правой ногой, обводка. Дети делятся на 2</p>

				<p>команды «Спартак» и «Динамо» по сигналу ведут мяч между кеглями, подбирая ногу для обводки, эстафета проводится «цепочкой», чья команда быстрее.</p> <p>2. «Выбей мяч из круга» Проводятся 2 тайма по 5 минут.</p> <p>3. Ходьба на восстановление дыхания.</p>
	<b>техническая-тактическая подготовка</b>	<i>Март</i>	<i>4 неделя</i>	<p>1. Разные виды ходьбы и бега.</p> <p>2. а) отбивание мяча на колене, б) ведение мяча вокруг своего партнера, умение держать мяч.</p> <p>Игры по футболу: 1.«Выбей мяч из круга» 2. «Подвижная цель» Дети становятся в круг, водящий в центре, передавая мяч ногами, дети стремятся «осалить» водящего. Водящий пытается увернуться от мяча (перепрыгивая мяч, убегая влево-вправо). Проводятся 2 тайма по 5 минут.</p> <p>3. ходьба со сменой направляющего.</p>
<b>8</b>	<b>техническая-тактическая подготовка</b>	<i>Апрель</i>	<i>1 неделя</i>	<p>1. Разные виды ходьбы и бега.</p> <p>2. а) попадание мячей в ворота, с расстояния 3 м, чья команда больше забьет. («забей в ворота») б)ведение мяча змейкой правой – левой ногой.</p> <p>Игры по футболу: 1. «Передача мяча ногами» 2. «Подвижная цель» Проводятся 2 тайма по 5 минут.</p> <p>3. Дыхательные упражнения.</p>
	<b>техническая-тактическая подготовка</b>	<i>Апрель</i>	<i>2 неделя</i>	<p>1. Разные виды ходьбы и бега.</p> <p>2. ведение мяча змейкой, б) попадание в ворота мяча</p> <p>Игры по футболу: «Выбей мяч из круга» «Передача мяча ногами»</p>



				<p>Проводятся 2 тайма по 5 минут.</p> <p><b>3. Ходьба с заданием для рук.</b></p>
	<b>технико-тактическая подготовка</b>	<i>Апрель</i>	<i>3 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> а) попадание мячей в ворота, с расстояния 3 м, чья команда больше забьет. («забей в ворота»)</p> <p>б) ведение мяча змейкой</p> <p>Игры по футболу:</p> <p>1. «Забей в ворота» (нападающие и защитники, нападающие забивают мячи. Защитники стараются поймать, отбить мяч, возвращают обратно нападающим. Затем меняются местами, выигрывает команда больше, забившая мячей.</p> <p>2. «Передача мяча ногами»</p> <p>Проводятся 2 тайма по 5 минут.</p> <p><b>3.</b> Ходьба двойками, тройками.</p>
	<b>технико-тактическая подготовка</b>	<i>Апрель</i>	<i>4 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> а) отбивание мяча на колене, б) ведение мяча с борьбой («борьба за мяч», один ребенок ведет мяч, другой вступает в борьбу).</p> <p>Игры по футболу:</p> <p>1. Забей гол.</p> <p>2. «Попади в кеглю» с расст.2,5 м.</p> <p>Проводятся 2 тайма по 5 минут.</p> <p><b>3.</b> Ходьба со сменой направляющего.</p>
<b>9</b>	<b>технико-тактическая подготовка</b>	<i>Май</i>	<i>1 неделя</i>	<p><b>1.</b> Разные виды ходьбы и бега.</p> <p><b>2.</b> а) остановка мяча, погашая его скорость уступающим шагом, б) ведение мяча змейкой 3-4 кегли</p> <p>Соревнования команд:</p> <p>1. «Кто быстрее» (ведение змейкой и по прямой мяча)</p> <p>2. «Попади в ворота»</p> <p>3. «Отбей мяч» (отбивание мяча на колене)</p> <p>4. Аттракцион: «Забей гол с</p>

				закрытыми глазами» 5. «Кто сильный» (удары мяча о стену) Игра «Светофор» Награждение.
	<b>техническая-тактическая подготовка</b>	<i>Май</i>	<i>2 неделя</i>	1. Разные виды ходьбы и бега. 2. а) удары мяча по стене и обратно, б) ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях («вокруг света») Игры по футболу: 1.« Передача мяча ногами» 2«Забей в ворота» Проводятся 2 тайма по 5 минут Награждение команд.
	<b>техническая-тактическая подготовка</b>	<i>Май</i>	<i>3 неделя</i>	Диагностика физической подготовленности по футболу: 1.Челночный бег на 30 метров (ловкость, быстрота) 2.Ведение мяча между кеглями (координация движений, ориентировка в пространстве) 3. Удары по воротам – 5 ударов (число попаданий, техника). Удары производятся с расстояния 4 метров.
	<b>техническая-тактическая подготовка</b>	<i>Май</i>	<i>4 неделя</i>	Диагностика физической подготовленности по футболу.

### **Формы аттестации обучающихся.**

Контрольные срезы проводятся на начало и конец учебного года.

У ребёнка должны быть сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности:

- иметь представление о значении физическими упражнениями для укрепления здоровья, о личной гигиене и закаливании;
- иметь навыки безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарём и оборудованием;
- следит за правильной осанкой;

- ознакомлен с основными элементами техники футбола:

1. Техника передвижения: различные виды бега («змейкой»; бег с изменением темпа по команде (ускорение, замедление); спиной вперед; со сменой направляющего; в колонне по одному с перестроением в пары по сигналу; с препятствиями;

2. Техника владения мячом и основные способы их выполнения:

а) удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой (внутренней стороной стопы,) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4 м;

б) Останавливать мяч ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящейся на встречу;

в) Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по - прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров;

г) Отбор мяча (отбивание ногой и выпаде);

д) Вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе.

ж) Ознакомление с тактикой игры в футбол по упрощённым правилам.

### **Методическое обеспечение программы.**

#### ***Нормативно-правовое:***

- Конституция РФ,
- Закон РФ «Об образовании»,
- Конвенция ООН о правах ребенка.

#### ***Материально-техническое:***

- мячи по количеству детей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям футболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

*Словесные методы:* создают у обучающихся предварительные

представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

*Наглядные методы:* применяются главным образом в виде показа упражнений, наглядных пособий, видеофильмов.

*Практические методы:*

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод круговой тренировки, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей обучающихся.

**Формы обучения:** индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

### Список литературы

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду.- М.: Просвещение, 1992.
2. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5 -7 лет. М.: АРКТИ, 2004.
3. Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя. М.: Просвещение, 1997.
4. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. Физические упражнения и подвижные игры дошкольников. - М.: Просвещение, 2003
5. Рунова М.А. "Движение день за днем: Двигательная активность - источник здоровья детей: Комплексы физических упражнений и игр для детей 5-7 лет с использованием вариативной физкультурно-игровой среды: Методические рекомендации для воспитателей ГОУ и родителей" 2007

