



Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 4»  
(МБДОУ «Детский сад № 4»)

**Принята**  
на Педагогическом совете  
от 26.08.2015 № 4

**Утверждена**  
приказом МБДОУ  
«Детский сад № 4»  
от 04.08.2015 № 92

**Дополнительная общеобразовательная программа  
– дополнительная общеразвивающая программа  
«Футбол»  
(для детей 3 – 7 лет)  
срок реализации – 4 года**

Автор программы:  
инструктор по физической культуре  
Болдова Т.Н..

город Нижний Новгород  
2015 год

## 1. Пояснительная записка

Данная дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа направлена на физическое развитие ребенка – дошкольника, сохранение и укрепление его здоровья, формирование двигательных навыков.

Спортивные игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма, улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств.

Занятия футболом способствуют развитию быстроты, ловкости, координации движений, двигательной реакции, ориентировке в пространстве. Игры с мячом развивают навыки поведения в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, смелости, решительности. Дети учатся управлять своим поведением в различных игровых ситуациях.

Социальное развитие ребенка в игре предполагает ориентирование детей на сферу общения и сотрудничества, умение принимать чужие ситуации, как свои. Именно эта способность понимать и чувствовать позицию другого человека составляет фундамент общения друг с другом и со взрослыми. Во время игры дети испытывают самый широкий диапазон переживаний, так же учатся взаимодействовать, сотрудничать, командовать, уступать и т.д.

Очень ценно, что занятия спортивными играми и упражнениями способствуют воспитанию у дошкольников положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи.

Достаточная физическая активность детей во время спортивных игр и тренировок, подкрепляющаяся соответствующей тренировкой основных физиологических систем организма (нервной, сердечно – сосудистой и дыхательной) является одним из факторов сохранения и улучшения здоровья, повышения жизненного тонуса.

**Актуальность программы** состоит в том, что в процессе занятий-тренировок дети получают элементарные сведения о методах освоения двигательных действий, у них формируются такие качества личности, как компетентность (владение своим телом, различными видами движений на уровне, соответствующем его возрасту), умение адекватно реагировать на изменение окружающей обстановки. Ребенок подводится к самостоятельному и творческому использованию результатов двигательной деятельности в разных пространственных средах

**Цель образовательной программы:** познакомить детей с правилами игры, учить техническим приемам игры в футбол.

### **Задачи:**

1. Формировать элементарное представление о правилах игры в футбол.
2. Развивать простейшие тактико – технические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка. Учить выполнять их во взаимодействии с другими игроками.
3. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, координационные способности, точность движений, глазомер, выносливость.
4. Развивать морально-нравственные качества: смелость, решительность, справедливость, уверенность в своих силах, самостоятельность, активность, целеустремленность.
5. Воспитывать чувство товарищества, дружеские взаимоотношения, чувство команды.

**Отличительные особенности данной программы:** начало занятий с детьми младшего дошкольного возраста, постепенное усвоение технических приемов игры в футбол путем усложнения условий их выполнения, наличие игровых методов и приемов обучения, использование метода круговой тренировки.

**Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы:** 3 – 7 лет.

**Сроки реализации дополнительной образовательной программы:** 4 года. Программа предусматривает включение ребенка в освоение программы на любом этапе ее реализации

**Формы занятий:** занятие – тренировка, игровое занятие, занятие – соревнование.

**Способы организации детей для выполнения основных движений:** фронтальный, подгрупповой, поточный, индивидуальный.

**Методы и приемы, помогающие осуществлять индивидуальный подход:** дифференциация заданий, дозировка заданий, ограничение зоны действия, мобильные объединения детей при выполнении заданий.

**Режим занятий:** 1 раз в неделю (младшие группы), 2 раза в неделю (средние, старшие, подготовительные группы).

**Количество учебных часов в неделю:**

- для детей 3 – 4 лет 15 минут
- для детей 4 – 5 лет: 40 минут
- для детей 5 – 6 лет: 50 минут
- для детей 6 – 7 лет: 1 час

**Количество учебных часов в месяц:**

- для детей 3 – 4 лет: 1 час
- для детей 4 – 5 лет: 2 часа 40 минут
- для детей 5 – 6 лет: 3 часа 20 минут
- для детей 6 – 7 лет: 4 часа.

**Количество учебных часов в год:**

- для детей 3 – 4 лет: 9 часов
- для детей 4 – 5 лет: 24 часа
- для детей 5 – 6 лет: 30 часов
- для детей 6 – 7 лет: 36 часов

**Ожидаемые результаты и способы их проверки.**

**Способом проверки** усвоенных технических приемов владения мячом является выполнение тестовых заданий (автор – В.В.Кантан):

- овладение ударами по мячу ногами
- остановка мяча
- ведение мяча
- техника игры вратаря.

**Ожидаемые результаты работы:**

- ✓ освоение детьми техники игры в футбол; результативность, уверенность и точность выполнения движений с мячом;
- ✓ развитие физических качеств детей;
- ✓ развитие «чувства команды», умения согласовывать свои действия с действиями партнеров в игре, подчинять свое поведение единым игровым правилам;
- ✓ повышение интереса детей к спортивным играм;
- ✓ участие в районных и городских соревнованиях по мини – футболу среди дошкольных команд;
- ✓ интерес родителей к успехам детей.

**2. Учебно – тематический план**

**С детьми 3 – 4 лет**

№ п/п	Содержание деятельности	Количество часов за учебный год
1.	Разные виды ходьбы, бега, прыжков	2 часа
2.	Ходьба и бег за катящимся мячом	1,5 часа
3.	Удар ногой по неподвижному мячу	1,5 часа
4.	Ведение мяча	2 часа
5.	Остановка движущегося мяча	1 час
6.	Удар по воротам	1 час
Итого:		9 часов

### С детьми 4 – 5 лет

№ п/п	Содержание деятельности	Количество часов за учебный год
7.	Разные виды ходьбы, бега, прыжков	3 часа
8.	Ходьба и бег за катящимся мячом	4 часа
9.	Удар ногой по неподвижному мячу	3 часа
10.	Ведение мяча и передача друг другу	4 часа
11.	Остановка движущегося мяча	3 часа
12.	Удар по воротам	4 часа
13.	Игровое взаимодействие	3 часа
Итого:		24 часа

### С детьми 5 – 6 лет

№ п/п	Содержание деятельности	Количество часов за учебный год
1.	Разные виды ходьбы, бега, прыжков	2 часа
2.	Ходьба и бег за катящимся мячом	4 часа
3.	Удар по мячу ногами	4 часа
4.	Остановка мяча	4 часа
5.	Ведение мяча и передача друг другу	4 часа
6.	Удар по воротам	4 часа
7.	Игра вратаря	4 часа
8.	Игровое взаимодействие	4 часа
Итого:		30 часов

### С детьми 6 – 7 лет

№ п/п	Содержание деятельности	Количество часов за учебный год
1.	Разные виды ходьбы, бега, прыжков	2 часа
2.	Ходьба и бег за катящимся мячом	4 часа
3.	Удар по мячу ногами	4 часа
4.	Остановка мяча	4 часа
5.	Ведение мяча и передача друг другу	5 часов
6.	Удар по воротам	5 часов
7.	Игра вратаря	4 часа
8.	Игровое взаимодействие	8 часов
Итого:		36 часов

### 3. Содержание программы

#### Младшая группа (3 – 4 года)

#### Задачи:

1. Познакомить с условиями и основными правилами игры в футбол. Формировать элементарные представления об элементах техники игры в футбол. Способствовать овладению элементарными приемами ведения и остановки мяча.
2. Развивать ориентировку в пространстве, координационные способности, ловкость, глазомер, выносливость.
3. Воспитывать интерес к действиям с мячом.

Месяц	№ занятия	Задачи
сентябрь	1	1. Познакомить с условиями и элементарными правилами игры в футбол. Упражнять в ходьбе и беге по периметру зала, в постановке ноги на мяч, ударе по неподвижно лежащему мячу. 2. Развивать ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать интерес к игре в футбол.
	2	1. Упражнять в беге и прыжках, в постановке ноги на мяч, ударе по неподвижно лежащему мячу. 2. Развивать внимание, умение действовать по сигналу. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	3	1. Продолжать знакомить с элементарными техническими приемами игры в футбол (удар по неподвижному мячу, остановка мяча). 2. Развивать координацию, точность движений. 3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	4	1. Упражнять в прокатывании мяча ногой и остановке его по сигналу, ударном движении (без мяча). 2. Развивать внимание, умение действовать по сигналу. 3. Воспитывать активность при выполнении упражнений
Итого (сентябрь): 1 час		
октябрь	5	1. Упражнять в прокатывании мяча ногой и остановке его, ударе по неподвижному мячу, в беге за мячом. 2. Развивать ловкость, быстроту. 3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	6	1. Упражнять в ходьбе и бегу за катящимся мячом, остановке мяча ногой, ударе ногой по неподвижному мячу. 2. Развивать координацию движений, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать интерес к играм с мячом.
	7	1. Упражнять в ведении мяча ногой до противоположной линии, беге за мячом. 2. Развивать ловкость, быстроту. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	8	1. Упражнять в прокатывании мяча ногой и остановке его, в беге за мячом, ударе по неподвижному мячу. 2. Развивать технику ходьбы, бега. 3. Воспитывать активное отношение к действиям с мячом..
Итого (октябрь): 1 час		
ноябрь	9	1. Познакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, остановке мяча ногой, ударе по неподвижно лежащему мячу в ворота. 2. Развивать ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать интерес к упражнениям с мячом.
	10	1. Формировать представления об элементарных технических приемах игры в футбол: упражнять в ведении мяча по прямой, со сменой направления, остановке мяча, ударе по неподвижно лежащему мячу. 2. Развивать координацию движений, выносливость. 3. Воспитывать желание добиться результата.
	11	1. Упражнять в ведении мяча по прямой, остановке ногой, попадании в ворота. 2. Развивать глазомер, точность. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	12	1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях со сменой направления по сигналу. 2. Развивать внимание, реакцию на сигнал, ориентировку в пространстве.

		3. Воспитывать уверенность в своих силах.
Итого (ноябрь): 1 час		
декабрь	13	1. Упражнять детей в прокатывании и остановке мяча правой и левой ногой. 2. Развивать ловкость, координацию движений. 3. Воспитывать желание добиться результата.
	14	1. Упражнять детей в прокатывании мяча друг другу по прямой, остановке его ногой. 2. Развивать быстроту, глазомер. 3. Воспитывать чувство товарищества.
	15	1. Упражнять детей в направлении удара по мячу внутренней стороной стопы. 2. Развивать ловкость, координацию движений. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	16	1. Упражнять в прокатывании мяча друг другу по прямой, остановке его ногой, в ударе по мячу внутренней стороной стопы. 2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать интерес к двигательной деятельности.
Итого (декабрь): 1 час		
январь	17	1. Упражнять в ударах по неподвижному мячу ногой внутренней стороной стопы, в прокатывании мяча друг другу по прямой. 2. Развивать ловкость, внимание. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	18	1. Упражнять в ударах по неподвижному мячу в ворота, передаче мяча друг другу в парах. 2. Развивать координацию движений. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	19	1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой по прямой, между стойками, со сменой направления. 2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве зала. 3. Воспитывать чувство товарищества.
	20	1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой в заданном направлении, ударах мяча о стенку внутренней стороной стопы. 2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
Итого (январь): 1 час		
февраль	21	1. Упражнять в ведении мяча ногой с изменением темпа и направления. 2. Развивать ориентировку в пространстве зала. 3. Воспитывать смелость, решительность.
	22	1. Упражнять в умении догонять и останавливать мяч ногой. 2. Развивать внимание, быстроту, ловкость. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	23	1. Упражнять в элементарных тактико – технических действиях с мячом: ведение и остановка мяча, удары по мячу. 2. Развивать внимание, быстроту реакции. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	24	1. Упражнять в ведении и остановке мяча ногой, ударах по неподвижному мячу в ворота и стенку. 2. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на поле. 3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.
Итого (февраль): 1 час		
март	25	1. Упражнять в ведение мяча правой и левой ногой со сменой направления, остановке мяча, удара по воротам. 2. Развивать координацию движений.

		3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	26	1. Упражнять в ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, передаче мяча друг другу в парах. 2. Развивать ловкость, глазомер. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	27	1. Упражнять в ведении мяча по прямой, между стойками, вокруг конусов. 2. Развивать ориентировку в пространстве зала. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	28	1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой мяча ногой по сигналу. 2. Развивать координацию движений. 3. Воспитывать чувство партнерства.
Итого (март): 1 час		
апрель	29	1. Упражнять в беге за катящимся мячом, ведении и остановке мяча ногой. 2. Развивать быстроту, ловкость. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	30	1. Упражнять в ходьбе и беге с мячом с остановкой и поворотом по сигналу. 2. Развивать внимание, равновесие. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	31	1. Упражнять в ведении мяча в разных условиях, ударах по мячу внутренней стороной стопы. 2. Развивать ловкость, координацию движений. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	32	1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой, забивании мяча в ворота. 2. Развивать ориентировку на поле, глазомер. 3. Воспитывать активность в игре.
Итого (апрель): 1 час		
май	33	1. Упражнять в ударах по неподвижному мячу по воротам, передаче мяча друг другу в парах. 2. Развивать быстроту, ловкость. 3. Воспитывать волевые качества.
	34	1. Упражнять в остановке движущегося мяча, ударах по катящемуся мячу. 2. Развивать ловкость, координацию движений. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	35	1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой по сигналу. 2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве зала. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	36	1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал, ударе по мячу, передаче мяча друг другу в парах. 2. Развивать ловкость, координацию движений. 3. Воспитывать интерес к игре с мячом.
Итого (май): 1 час		
<b>ИТОГО за год: 9 часов</b>		

### Средняя группа (4 – 5 лет)

#### Задачи:

1. Познакомить с условиями игры в футбол. Формировать элементарные представления об элементах техники игры в футбол.
2. Развивать координационные способности, ловкость, глазомер, выносливость.
3. Воспитывать интерес к действиям с мячом, игровому взаимодействию.

Месяц	№ занятия	Задачи
сентябрь	1,2	1. Познакомить с правилами игры в футбол. Упражнять в ходьбе и беге змейкой, ведении мяча ногой. 2. Развивать ловкость, быстроту, внимание. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.
	3,4	1. Упражнять в игре с мячом в парах. Упражнять в беге и прыжках, умение действовать по сигналу. 2. Развивать внимание, глазомер. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	5,6	1. Познакомить с элементами техники игры в футбол (удары по неподвижному мячу, остановка мяча, удар по воротам). 2. Развивать координацию, точность движений, выносливость. 3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	7,8	1. Упражнять в прокатывании мяча ногой, соизмеряя удары по мячу, ударном движении (без мяча). 2. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
Итого (сентябрь): 2 ч. 40 мин.		
октябрь	9, 10	1. Упражнять в перекатывании мяча друг другу, отбивая его поочередно правой и левой ногой, ударять по неподвижному мячу, упражнять в беге за мячом. 2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер. 3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	11,12	1. Упражнять в ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, ударе ногой по неподвижному мячу 2. Развивать координацию движений, глазомер. 3. Воспитывать интерес к играм с мячом.
	13,14	1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой до противоположной линии, беге за мячом. 2. Развивать ловкость, быстроту, внимание. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	15,16	1. Отрабатывать действия с мячом на месте и в движении, упражнять в остановке мяча ногой, ударе мяча по воротам. 2. Развивать технику ходьбы, бега. 3. Воспитывать желание играть вдвоем.
Итого (октябрь): 2 ч. 40 мин.		
ноябрь	17,18	1. Познакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, вокруг обруча, остановке мяча ногой. 2. Развивать ловкость. 3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	19,20	1. Формировать представления об элементах техники игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, между конусами, вокруг обруча, остановке мяча ногой. 2. Развивать координацию движений, выносливость. 3. Воспитывать желание играть вдвоем, втроем.
	21,22	1. Упражнять в ведении мяча по прямой, остановке ногой, попадании в ворота. 2. Развивать глазомер, точность. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	23,24	1. Упражнять в ведении мяча вокруг ног, ведении и остановке мяча в разных направлениях по сигналу. 2. Развивать внимание, глазомер. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.



Итого (ноябрь): 2 ч. 40 мин.		
декабрь	25,26	1. Упражнять в прокатывании мяча правой и левой ногой, попадании им в кеглю. 2. Развивать ловкость, быстроту. 3. Воспитывать уважение друг к другу.
	27,28	1. Упражнять в прокатывании мяча друг другу по прямой между флажками, соизмерении силы удара, передаче мяча. 2. Развивать быстроту, глазомер. 3. Воспитывать чувство товарищества.
	29,30	1. Упражнять детей в направлении удара по мячу внутренней стороной стопы. 2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	31,32	1. Закреплять умение прокатывать мяч, играя в парах, со стенкой. 2. Развивать ловкость, глазомер. 3. Воспитывать интерес к двигательной деятельности.
Итого (декабрь): 2 ч. 40 мин.		
январь	33,34	1. Упражнять в ударах по неподвижному мячу ногой (серединой подъема, внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы), продолжать учить играть в парах. 2. Развивать ловкость, быстроту, внимание. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	35,36	1. Упражнять в ударах по неподвижному мячу с разбега, игре в парах. 2. Развивать ловкость, быстроту, внимание. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	37,38	1. Упражнять в ведении мяча правой ногой, в силе удара ногой. 2. Развивать ловкость, меткость, ориентировку на поле. 3. Воспитывать чувство товарищества.
	39,40	1. Упражнять в ударах мяча о стенку и обратно, игре парах, тройках, кругу. 2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер. 3. Воспитывать уважение друг к другу.
Итого (январь): 2 ч. 40 мин.		
февраль	41,42	1. Упражнять в ведении мяча ногой с изменением темпа и направления, ударе по воротам. 2. Развивать ориентировку на поле, глазомер. 3. Воспитывать смелость, решительность.
	43,44	1. Упражнять в умении догонять и останавливать мяч ногой, игре с мячами. 2. Развивать внимание, быстроту, ловкость. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	45,46	1. Упражнять в тактико – технических действиях с мячом, точности удара по неподвижному мячу, ведении мяча в прямом направлении, остановке по сигналу. 2. Развивать внимание, быстроту реакции. 3. Воспитывать интерес к совместным играм.
	47,48	1. Упражнять в ведении и остановке мяча ногой, ударах по неподвижному мячу, игре со стенкой. 2. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на поле. 3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.
Итого (февраль): 2 ч. 40 мин.		
март	49,50	1. Закреплять технику игры в футбол, ведение мяча, удары по воротам. 2. Развивать ловкость, глазомер. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	51,52	1. Упражнять в ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, игре

		в парах. 2. Развивать координацию движений. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	53,54	1. Упражнять в ведении мяча вокруг конуса, по прямой. 2. Развивать быстроту, ориентировку на поле. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	55,56	1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой мяча ногой по сигналу. 2. Развивать координацию движений. 3. Воспитывать чувство партнерства.
Итого (март): 2 ч. 40 мин.		
апрель	57,58	1. Упражнять в беге за катящимся мячом, ведении и остановке мяча ногой. 2. Развивать быстроту, ловкость. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	59,60	1. Упражнять в ходьбе и беге с мячом с остановкой и поворотом по сигналу. 2. Развивать внимание, равновесие. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	61,62	1. Упражнять в действиях с мячом, отрабатывать удары по мячу разными способами. 2. Развивать ловкость, координацию движений. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	63,64	1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой, забивании мяча в ворота. 2. Развивать ориентировку на поле, глазомер. 3. Воспитывать активность в игре.
Итого (апрель): 2 ч. 40 мин.		
май	65,66	1. Упражнять в ударах по неподвижному мячу по воротам, игре в парах, тройках. 2. Развивать быстроту, ловкость. 3. Воспитывать волевые качества.
	67,68	1. Упражнять в ударах по движущемуся мячу на сторону противника, игре в командах. 2. Развивать ловкость, быстроту. 3. Воспитывать чувство товарищества.
	69,70	1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой по сигналу. 2. Развивать ловкость, уверенность в своих силах. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	71,72	1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал, ударе по мячу разными техниками, игре в команде. 2. Развивать ловкость, ориентировку на поле, глазомер. 3. Воспитывать чувство команды.
Итого (май): 2 ч. 40 мин.		
ИТОГО за год: 24 часа		

### Старшая группа (5 – 6 лет)

#### Задачи:

1. Формировать простейшие тактико – технические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка.
2. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость.
3. Воспитывать интерес и желание играть в футбол.

Месяц	№ занятия	Задачи
сентябрь	1	1. Познакомить детей с игрой в футбол, историей ее возникновения. Упражнять в простейших технико – тактических действиях с мячом: ведение, передача мяча, обводка. 2. Развивать координацию, быстроту, ловкость. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	2	1. Продолжать знакомить детей с игрой в футбол. Учить простейшим действиям с мячом: ведение, удар, передача. 2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	3	1. Упражнять в действиях с мячом, учить самостоятельно находить выход в создавшейся игровой ситуации. 2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	4	1. Упражнять в ударе по мячу ногами: внешней и внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частям подъема – носком и пяткой. 2. Развивать ловкость, глазомер, пространственную ориентировку. 3. Воспитывать организованность, дисциплину.
	5	1. Учить размаху бьющей ноги вперед с разворотом стопы на 90*, удару по неподвижному мячу с места. 2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	6	1. Упражнять в посыле мяча низом в ворота с расстояния в 8 – 10 шагов, игре с мячом в парах. 2. Развивать глазомер, точность. 3. Воспитывать умение работать с партнером.
	7	1. Упражнять в посыле мяча низом в ворота с расстояния в 8 – 10 шагов, смещая точку удара на 3 – 4 шага в сторону, игре с мячом в парах. 2. Развивать умение играть в парах, мягко подкатывая мяч к ногам партнера. 3. Воспитывать организованность, дисциплину.
	8	1. Упражнять в выполнении ударов по неподвижному мячу о стенку с 3-х шагов, игре в парах. 2. Развивать ловкость, глазомер. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
Итого (сентябрь): 3 ч. 20 мин.		
октябрь	9	1. Упражнять в ударе по неподвижному мячу с места и разбега, игре в парах. 2. Развивать ловкость, быстроту, внимание. 3. Воспитывать чувство товарищества.
	10	1. Упражнять в ведении мяча в беге, передаче в парах. 2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту. 3. Воспитывать организованность.
	11	1. Упражнять в ударах по мячу, ведению, передаче мяча, индивидуальной тактике действий. 2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту. 3. Воспитывать желание принимать активное участие в игре.
	12	1. Упражнять в ведении мяча вокруг конуса правой и левой ногой в разных направлениях, игре в парах. 2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту. 3. Воспитывать организованность, отзывчивость.
	13	1. Упражнять в ведении мяча между кеглями правой и левой ногой, в парах. 2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту.

		3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	14	1. Упражнять в передаче мяча в парах, отрабатывать удар о стенку. 2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.
	15	1. Упражнять детей в забивании мяча в ворота, отрабатывать силу удара. 2. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. 3. Воспитывать уважение друг к другу.
	16	1. Упражнять в передаче мяча по кругу ногой, партнеру, стараясь попасть в ворота. 2. Упражнять в игре в парах, тройках. 3. Воспитывать потребность и желание играть в футбол.
Итого (октябрь): 3 ч. 20 мин.		
ноябрь	17	1. Упражнять в ведении мяча между предметами, в ударах «щечкой», не останавливая отскочившего от стены мяча. 2. Развивать ловкость, глазомер, быстроту. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.
	18	1. Упражнять в посыле мяча ударом «щечкой» партнеру по игре, применяя разные вида построения: в две шеренги, четырехугольником, по кругу. 2. Развивать ловкость, внимание, глазомер. 3. Воспитывать интерес к двигательной деятельности.
	19	1. Отрабатывать выполнение упражнения с мячом на месте, на медленном ходу, во время быстрого бега. 2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость. 3. Воспитывать чувство товарищества.
	20	1. Упражнять в ударе по мячу внутренней частью подъема ноги товарищу, в цель (ворота). 2. Развивать глазомер, точность. 3. Воспитывать уверенность в своих силах
	21	1. Упражнять в остановке катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой; играть со стенкой. 2. Развивать ловкость, глазомер, силу. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	22	1. Учить технике нападения около ворот. Упражнять в игре в парах. 2. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. 3. Воспитывать чувство товарищества.
	23	1. Упражнять в игре в кругу, не выпуская мяч из круга. Упражнять в игре в тройках. 2. Развивать силу, ловкость, быстроту. 3. Воспитывать выдержку, взаимопомощь.
	24	1. Познакомить с техникой «чеканки» мяча одной ногой. Упражнять в игре в тройках. 2. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать чувство партнерства, взаимопомощи.
Итого (ноябрь): 3 ч. 20 мин.		
декабрь	25	1. Упражнять в отбивании мяча снизу, перебрасывая через планку (высота 20 – 30см.). 2. Развивать ловкость, сноровку. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	26	1. Упражнять в действиях с мячом: беге по прямой, ведении мяча между предметами, отбивании от стенки. 2. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать выдержку, терпение.

	27	1. Упражнять детей в игровых ситуациях: «догони мяч», «отними мяч», «сбей кегли», «попади в ворота». 2. Развивать смекалку, выдержку, быстроту. 3. Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощь.
	28	1. Упражнять в ведении и пасе мяча партнеру в движении, игре в парах. 2. Развивать ловкость, выносливость. 3. Воспитывать смелость, решительность, справедливость.
	29	1. Упражнять в прыжках через скакалку, отжимании, забрасывании мяча в корзину. 2. Развивать глазомер, выносливость. 3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.
	30	1. Упражнять в технике нападения и защиты, не касаясь руками мяча, партнера. 2. Развивать ловкость, увертливость. 3. воспитывать смелость, решительность.
	31	1. Упражнять в выбрасывании мяча из-за головы двумя руками, ведении дальней ногой от партнера. 2. Развивать ловкость, быстроту, увертливость. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	32	1. Отрабатывать четкое выполнение заданий, закреплять правила игры в футбол. 2. Развивать ловкость, смелость, быстроту. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
Итого (декабрь): 3 ч. 20 мин.		
январь	33	1. Упражнять в ведении мяча то правой, то левой ногой; игру в парах, тройках, в «мини-футбол». 2. Развивать ориентировку, ловкость, быстроту. 3. Воспитывать организованность, дисциплину.
	34	1. Упражнять в приеме отбирать мяч у партнера по игре (не касаясь руками другого игрока), в ведении мяча между предметами, вбрасывании из-за боковой линии. Игра в парах «Забей гол». 2. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать интерес к спортивным упражнениям.
	35	1. Отрабатывать приемы вратаря: не стоять на месте, ловить мяч, отбивать его, вести ногой. Игра «Меткий футболист». 2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер. 3. Воспитывать интерес и желание играть в футбол.
	36	1. Формировать умение видеть мяч и расположение защитников, выбегать на свободное место для получения мяча. 2. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	37	1. Упражнять в сильных и точных ударах, скорости движения; ведении мяча бегом: «Доведи до ворот»; игре в парах, тройках, «мини-футбол». 2. Развивать координацию движений, точность, глазомер. 3. Воспитывать организованность, дисциплину.
	38	1. Закреплять умение ударять по неподвижному мячу, по мячу после остановки, по мячу, движущемуся навстречу. Отрабатывать умение играть со стенкой. Игры «Точный пас», «Футбол». 2. Развивать быстроту, выносливость. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	39	1. Упражнять в ведении мяча при сопротивлении противника (мяч вести дальней от противника ногой); игре в парах «Футбол».

		<p>2. Развивать быстроту, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать чувство собственного достоинства</p>
	40	<p>1. Закреплять умение бросать мяч руками вверх и принимать его на подошву, упражнять в игре в парах: один ребенок катит мяч руками, другой останавливает ногой.</p> <p>2. Развивать глазомер, точность, ловкость.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p>
Итого (январь): 3 ч. 20 мин.		
февраль	41	<p>1. Упражнять в ударе с места ногой, игре в парах.</p> <p>2. Развивать глазомер, ориентировку.</p> <p>3. Воспитывать смелость, решительность</p>
	42	<p>1. Упражнять во вбрасывании из боков, спины, ведении между предметами. Игра в парах, тройках, «футбол».</p> <p>2. Развивать ловкость, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p>
	43	<p>1. Упражнять в остановке катящегося мяча внутренней стороны стопы, отрабатывать удары пяткой с разбега, играть в парах.</p> <p>2. Развивать быстроту, ловкость, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p>
	44	<p>1. Упражнять в остановке катящегося мяча подошвой, отрабатывать игру в парах со стенкой.</p> <p>2. Развивать точность, быстроту реакции, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</p>
	45	<p>1. Упражнять в ударах пяткой по неподвижному мячу с места, с разбега. Упражнять в игре в парах в одни ворота.</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, внимание.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p>
	46	<p>1. Упражнять в ударах пяткой в парах, вбрасывании с боковой линии двумя руками из-за головы.</p> <p>2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p>
	47	<p>1. Упражнять в ударах пяткой с небольшого разбега по воротам (расстояние 5-7 м).</p> <p>2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать чувство партнерства.</p>
	48	<p>1. Отрабатывать технические приемы игры в тройках, в кругу: нападение, защита, вратарь.</p> <p>2. Развивать глазомер, ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</p>
Итого (февраль): 3 ч. 20 мин.		
март	49	<p>1. Упражнять в остановке мяча грудью, подошвой, ударе пяткой.</p> <p>2. Развивать ловкость, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</p>
	50	<p>1. Упражнять в ведении мяча на свободную позицию, когда все партнеры закрыты; в ведении мяча по прямой несильными ударами в медленном темпе, игре в парах.</p> <p>2. Развивать глазомер, ориентировку на поле.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p>
	51	<p>1. Упражнять в ведении мяча по кругу правой и левой ногой в медленном, а затем в быстром темпе, игре со стенкой, с партнерами.</p> <p>2. Развивать глазомер, ориентировку на поле.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p>

	52	1. Упражнять в игре вратаря: ловле катящихся и низко летящих мячей; ведении мяча до ворот, ударам в ворота. 2. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку на поле. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	53	1. Упражнять в ловле полувысоких мячей на месте и в прыжке, игре в парах (вратарь – нападающий). 2. Развивать глазомер, ориентировку на поле. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	54	1. Упражнять в ловле высоко летящих мячей, полувысоких мячей, игре в парах, общей игре. 2. Развивать ориентировку, глазомер, точность. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	55	1. Упражнять в ловле мячей, катящихся в стороне от вратаря, полувысоких, высоких мячей, игре в парах, общей игре. 2. Развивать глазомер, ориентировку на поле. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	56	1. Упражнять в ловле низких, полувысоких и высоких мячей, летящих в стороне от вратаря, в ведении мяча разными способами, вбрасывании из-за боковой линии. 2. Развивать ловкость, точность, выносливость. 3. Воспитывать организованность, дисциплину.
Итого (март): 3 ч. 20 мин.		
апрель	57	1. Совершенствовать умение водить, обводить, догонять, отталкивать, догонять и останавливать мяч ногами. Упражнять в точности удара. 2. Развивать ловкость, глазомер, точность. 3. Воспитывать самостоятельность, самоконтроль.
	58	1. Совершенствовать простейшие тактико-технические действия с мячом: разные способы ведения мяча, удары по воротам. 2. Развивать точность, ориентировку на игровом поле. 3. Воспитывать навыки самоорганизации.
	59	1. Закреплять правила игры в футбол, правила техники безопасности. 2. Развивать выдержку, выносливость. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	60	1. Упражнять в ведении разными способами, между предметами, отбивании, игре вратаря, защитника. 2. Развивать точность, глазомер, выносливость. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	61	1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях, в игре вдвоем, передаче мяча партнеру. 2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	62	1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой с изменением темпа и направления, ударах по воротам. 2. Развивать точность, выносливость. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	63	1. Закрепление приобретенных умений и навыков в игре, играть в парах, тройках, команде. 2. Развивать глазомер, выносливость. 3. Воспитывать желание выполнять упражнения правильно и четко.
	64	1. Закреплять тактико-технические приемы игры в футбол, правила игры. 2. Развивать ловкость, выносливость. 3. Воспитывать чувство товарищества, сопереживания.

Итого (апрель): 3 ч. 20 мин.		
май	65	1. Закреплять приемы владения мячом: удары, передачи, ведение, вбрасывание. Упражнять в игре в парах, команде. 2. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на игровом поле. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	66	1. Упражнять в приемах владения мячом: удары о стенку и обратно, жонглирование мячом ногами, в игре в парах, тройках, команде. 2. Развивать ловкость, глазомер, точность. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	67	1. Упражнять в приемах владения мячом: вокруг конусов, в разных направлениях, игре в кругу, тройках, команде. 2. Развивать ловкость, ориентировку. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	68	1. Упражнять в приемах владения мячом, меняя темп, направление, силу удара; играть вдвоем, втроем, в команде. 2. Развивать ловкость, ориентировку, глазомер. 3. Воспитывать чувство товарищества.
	69	1. Закреплять тактико-технические приемы игры в футбол: защиты и нападения. 2. Развивать быстроту, ловкость. 3. Воспитывать желание заниматься спортивными играми.
	70	1. Упражнять в ведении мяча (нападающие – защитники), играть в парах в кругу, команде. 2. Развивать глазомер, ориентировку на игровом поле. 3. Воспитывать уважение друг к другу.
	71	1. Упражнять в ловле катящихся, низко летящих и полуввысоких мячей, в работе в парах, тройках, подгруппах. 2. Развивать ловкость, быстроту реакции. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	72	1. Упражнять в технике ударов: носком, пяткой, лбом, грудью. Закреплять технику нападающий – защитник, игре в парах. 2. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.
Итого (май): 3 ч. 20 мин.		
ИТОГО за год: 30 часов		

### Подготовительная группа (6 – 7 лет)

#### Задачи:

1. Закреплять знание правил игры в футбол, способы действий с мячом, продолжать учить выполнять их во взаимодействии с другими игроками.
2. Развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции.
3. Воспитывать интерес и желание играть в футбол.

Месяц	№ занятия	Задачи
сентябрь	1	1. Познакомить с правилами игры, игровым полем, разметкой. Закрепить способы действий с мячом. 2. Развивать ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать желание играть в футбол.
	2	1. Закрепить правила игры. Упражнять в приемах защиты и нападения. Совершенствовать технику владения мячом во взаимосвязи с другими игроками. 2. Развивать ориентировку на игровом поле. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.



	3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в действиях с мячом, учить самостоятельно находить выход в создавшейся игровой ситуации.</li> <li>2. Развивать ловкость, выносливость, смекалку.</li> <li>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</li> </ol>
	4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ударе по мячу щечкой, игре в парах, в точном пасае партнеру.</li> <li>2. Развивать ловкость, глазомер, пространственную ориентировку.</li> <li>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</li> </ol>
	5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ударе по неподвижному мячу о стенку (10 – 15 ударов), работе с мячом в парах.</li> <li>2. Развивать глазомер, ориентировку на поле.</li> <li>3. Воспитывать организованность, дисциплину.</li> </ol>
	6	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в передаче катящегося мяча сбоку в цель (ворота, мишень).</li> <li>2. Развивать глазомер, ловкость, точность.</li> <li>3. Воспитывать партнерские взаимоотношения.</li> </ol>
	7	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ударах по катящемуся мячу, точно направляя его партнеру.</li> <li>2. Развивать умение играть в парах, мягко подкатывая мяч к ногам партнера.</li> <li>3. Воспитывать организованность, дисциплину.</li> </ol>
	8	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в выполнении сильных и точных ударов по воротам правой и левой ногой.</li> <li>2. Развивать ловкость, глазомер.</li> <li>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</li> </ol>
Итого (сентябрь): 4 часа		
октябрь	9	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять правила игры, упражнять в технике защиты и нападения.</li> <li>2. Развивать ориентировку на игровом поле.</li> <li>3. Воспитывать желание играть в футбол.</li> </ol>
	10	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать технику владения мячом во взаимодействии с партнерами. Упражнять в силе удара по мячу.</li> <li>2. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку в пространстве..</li> <li>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</li> </ol>
	11	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в технике владения мячом, игра «Борьба за мяч», игра в парах «футбол».</li> <li>2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту.</li> <li>3. Воспитывать активность.</li> </ol>
	12	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ведении мяча в парах, игре со стенкой, с соперником.</li> <li>2. Развивать ловкость, выносливость, глазомер.</li> <li>3. Воспитывать чувство товарищества.</li> </ol>
	13	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в командной игре «Забей в ворота», упражнять в точных, сильных ударах; в передаче мяча по кругу ногой.</li> <li>2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.</li> <li>3. Воспитывать уважение к партнерам по игре.</li> </ol>
	14	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ведении мяча по кругу между предметами, игре со стенкой, в пасае другому.</li> <li>2. Развивать глазомер, ловкость.</li> <li>3. Воспитывать чувство товарищества.</li> </ol>
	15	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отрабатывать владение мячом в игре «Подвижная цепь» (передача мяча по кругу ногой, стараясь попасть в водящего).</li> <li>2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать умение заниматься в коллективе.</li> </ol>
	16	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в подпрыгивании на 1 ноге и одновременном катании подошвой другой ноги мяча вперед – назад, в стороны.</li> <li>2. Развивать ловкость, быстроту.</li> <li>3. Воспитывать смелость, решительность, справедливость.</li> </ol>

Итого (октябрь): 4 часа		
ноябрь	17	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять удары «щечкой, не останавливая отскочившего от стены мяча. Упражнять в ведении мяча между предметами, игре в парах «попади в ворота».</li> <li>2. Развивать ловкость, глазомер, быстроту.</li> <li>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.</li> </ol>
	18	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить посылу мяча ударом «щечкой» партнеру по игре, применяя разные вида построения: в две шеренги, четырехугольником, по кругу.</li> <li>2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.</li> <li>3. Воспитывать интерес к двигательной деятельности.</li> </ol>
	19	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ударе по мячу внутренней частью подъема ноги (подать мяч товарищу, в цель, в ворота и т.п.).</li> <li>2. Развивать глазомер, быстроту, ловкость.</li> <li>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</li> </ol>
	20	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отрабатывать действия с мячом на месте, на медленном ходу, во время быстрого бега.</li> <li>2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать интерес к игре с мячом.</li> </ol>
	21	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отрабатывать умение останавливать катящийся (затем – летящий) мяч внутренней стороной стопы и подошвой.</li> <li>2. Развивать ловкость, глазомер, силу.</li> <li>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</li> </ol>
	22	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отрабатывать технику нападения около ворот, не касаясь партнера. Упражнять в игре со стенкой, в тройках.</li> <li>2. Развивать глазомер, ловкость, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать чувство товарищества.</li> </ol>
	23	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в чеканке мяча одной ногой: «Кто больше»; в игре в кругу, со стенкой, игре «В одни ворота».</li> <li>2. Развивать глазомер, ориентировку.</li> <li>3. Воспитывать чувство взаимопомощи.</li> </ol>
	24	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отрабатывать игры в кругу: «Не выпусти мяч из круга», «Мяч – водящему».</li> <li>Упражнять в игре в тройках.</li> <li>2. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве.</li> <li>3. Воспитывать чувство партнерства.</li> </ol>
Итого (ноябрь): 4 часа		
декабрь	25	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отрабатывать умение подбивать мяч снизу, перебрасывая через планку (высота 20 – 30см, постепенно поднимать выше).</li> <li>2. Развивать ловкость, сноровку.</li> <li>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</li> </ol>
	26	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в действиях с мячом: бег по прямой, ведение мяча между предметами, отбивание от стенки. Игра «Футбол».</li> <li>2. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве.</li> <li>3. Воспитывать выдержку, терпение.</li> </ol>
	27	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять детей в игровых ситуациях: «догони мяч», «отними мяч», «сбей кегли», «попади в ворота».</li> <li>2. Развивать смекалку, выдержку, быстроту.</li> <li>3. Воспитывать взаимопомощь, решительность.</li> </ol>
	28	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ведении и пасае мяча партнеру в движении, игре в парах, игре в футбол.</li> <li>2. Развивать ловкость, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать смелость, решительность, справедливость.</li> </ol>
	29	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в прыжках через скакалку, отжимании, забрасывании мяча в корзину. Игра «футбол».</li> </ol>

		<p>2. Развивать глазомер, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.</p>
	30	<p>1. Упражнять в технике нападения и защиты, не касаясь руками мяча, партнера; игре со стенкой, «футбол».</p> <p>2. Развивать ловкость, увертливость.</p> <p>3. воспитывать смелость, решительность.</p>
	31	<p>1. Упражнять во вбрасывании мяча из-за боковой линии, из-за головы двумя руками, ведении дальней ногой от партнера.</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, увертливость.</p> <p>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</p>
	32	<p>1. Упражнять в четком выполнении заданий, закреплять правила игры в футбол.</p> <p>2. Развивать ловкость, смелость, быстроту.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p>
Итого (декабрь): 4 часа		
январь	33	<p>1. Закреплять умение производить сильные и точные удары. Учить вести мяч то правой, то левой ногой, отрабатывать игру в парах, тройках, игру в «футбол».</p> <p>2. Развивать скорость движения.</p> <p>3. Воспитывать организованность, дисциплину.</p>
	34	<p>1. Закреплять технику ударов по неподвижному мячу после остановки, по движущемуся навстречу мячу. Отрабатывать точный пас.</p> <p>2. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку на поле.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p>
	35	<p>1. Упражнять в ведении мяча дальней от соперника ногой при игре в парах.</p> <p>2. Развивать быстроту, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать чувство собственного достоинства.</p>
	36	<p>1. Упражнять в бросании мяча руками вверх и приеме его на подошву. Упражнять игре в парах, тройках.</p> <p>2. Развивать глазомер, точность, ловкость.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p>
	37	<p>1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой, игре в парах, тройках. Игра «Футбол».</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на поле.</p> <p>3. Воспитывать организованность, дисциплину.</p>
	38	<p>1. Упражнять в ведении мяча между предметами, отбивании мяча ногой у соперника, выбрасывании из-за боковой линии, игре в парах.</p> <p>2. Развивать ловкость, глазомер, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</p>
	39	<p>1. Отрабатывать приемы игры вратаря: не стоит на месте, ловит мяч, отбивает его, бросает на поле. Упражнять в бросании мяча, ведении его ногой.</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать чувство сопереживания товарищам.</p>
	40	<p>1. Упражнять в умении следить за обстановкой на игровом поле, учить видеть мяч и расположение защитников. Игра «футбол».</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p>
Итого (январь): 4 часа		
февраль	41	<p>1. Упражнять в ударах пяткой по неподвижному мячу с места, с разбега. Упражнять игре в парах, в одни ворота.</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, внимание.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p>

	42	1. Упражнять в ударах пяткой в парах, вбрасывании с боковой линии двумя руками из-за головы. Учить забивать мяч в ворота пяткой. 2. Развивать ловкость, быстроту, внимание. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	43	1. Упражнять в ударах мяча пяткой по воротам (расстояние 5-7 м) с небольшого разбега. 2. Развивать ловкость, внимание, глазомер. 3. Воспитывать чувство коллективизма.
	44	1. Отрабатывать технические приемы игры в тройках, в кругу: нападение, защита, вратарь. 2. Развивать глазомер, ловкость, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	45	1. Упражнять в ударах по мячу с места и в движении ногой, в игре в парах. 2. Развивать глазомер, ориентировку на поле. 3. Воспитывать смелость, решительность.
	46	1. Закреплять удар пяткой с места, с разбега, упражнять в игре в парах, тройках, общей игре. 2. Развивать силовые качества. 3. Воспитывать организованность, дисциплину.
	47	1. Упражнять в остановке катящегося мяча внутренней стороны стопы (правой и левой ноги) стоя и с разбега, в игре в парах. 2. Развивать быстроту, ловкость, глазомер. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	48	1. Упражнять в остановке катящегося мяча подошвой, отрабатывать игру в парах со стенкой, в общей игре. 2. Развивать ловкость, точность, быстроту реакции. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
Итого (февраль): 4 часа		
март	49	1. Упражнять в остановке мяча грудью, подошвой; в ударе пяткой. 2. Развивать ловкость, глазомер. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.
	50	1. Формировать умение вести мяч на свободную позицию, когда все партнеры закрыты. Упражнять в ведении мяча несильными ударами (толчками) по прямой в медленном темпе, игре в парах. 2. Развивать глазомер, ориентировку на поле. 3. Воспитывать чувство товарищества.
	51	1. Упражнять в ведении мяча по кругу то правой, то левой ногой в медленном, а затем в быстром темпе; игре со стенкой, в футбол. 2. Развивать глазомер, ориентировку на поле. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	52	1. Упражнять в ловле катящегося и низко летящего мяча, в ведении мяча до ворот, точности удара, по воротам; игре вратаря. 2. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку на поле. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	53	1. Упражнять в ловле полуввысоких мячей, стоя на месте и в прыжке, игре в парах (вратарь – нападающий). 2. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку на поле. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
	54	1. Упражнять в ловле высоко летящих мячей на месте и в прыжке, ловле полуввысоких мячей, игре в парах, общей игре. 2. Развивать ориентировку, глазомер, точность. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.

	55	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ловле мячей, находящихся в стороне от вратаря, полувысоких, высоких мячей; игре в парах, общей игре.</li> <li>2. Развивать глазомер, ориентировку на поле.</li> <li>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</li> </ol>
	56	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ловле низких, полувысоких и высоких мячей, летящих в стороне от вратаря, в ведении мяча разными способами, вбрасывании из-за боковой линии.</li> <li>2. Развивать ловкость, точность, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать организованность, дисциплину.</li> </ol>
Итого (март): 4 часа		
апрель	57	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать умение водить, обводить, догонять, отталкивать, догонять и останавливать мяч ногой. Упражнять в точности удара.</li> <li>2. Развивать ловкость, глазомер, точность.</li> <li>3. Воспитывать самостоятельность, самоконтроль.</li> </ol>
	58	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать простейшие тактико-технические действия с мячом: разные способы ведения мяча, удары по воротам.</li> <li>2. Развивать точность, ориентировку на игровом поле.</li> <li>3. Воспитывать навыки самоорганизации.</li> </ol>
	59	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять правила игры в футбол, правила техники безопасности.</li> <li>2. Развивать выдержку, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</li> </ol>
	60	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ведении разными способами, между предметами, отбивании, игре вратаря, защитника.</li> <li>2. Развивать точность, глазомер, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</li> </ol>
	61	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях, в игре вдвоем, передаче мяча партнеру.</li> <li>2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.</li> <li>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</li> </ol>
	62	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой с изменением темпа и направления, ударах по воротам.</li> <li>2. Развивать точность, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</li> </ol>
	63	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закрепление приобретенных умений и навыков в игре, играть в парах, тройках, команде.</li> <li>2. Развивать глазомер, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать желание выполнять упражнения правильно и четко.</li> </ol>
	64	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять тактико-технические приемы игры в футбол, знание правил игры.</li> <li>2. Развивать ловкость, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать чувство товарищества, сопереживания.</li> </ol>
Итого (апрель): 4 часа		
май	65	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать приемы владения мячом: удары, передачи, ведение, вбрасывание. Упражнять в игре в команде.</li> <li>2. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на игровом поле.</li> <li>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</li> </ol>
	66	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать приемы владения мячом: удары о стенку и обратно, жонглирование мячом ногой, в игре в команде.</li> <li>2. Развивать ловкость, глазомер, точность.</li> <li>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</li> </ol>
	67	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать приемы владения мячом: правой и левой ногой, вокруг конусов, в разных направлениях, игре в команде.</li> </ol>

	2. Развивать ловкость, ориентировку. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
68	1. Совершенствовать приемы владения мячом, меняя темп, направление, силу удара; упражнять в игре вдвоем, втроем, в команде. 2. Развивать ловкость, ориентировку, глазомер. 3. Воспитывать чувство товарищества.
69	1. Закреплять тактико-технические приемы игры в футбол: защиты и нападения. 2. Развивать быстроту, ловкость. 3. Воспитывать желание заниматься спортивными играми.
70	1. Упражнять в игре в футбол в команде. 2. Развивать глазомер, ориентировку на игровом поле. 3. Воспитывать уважение друг к другу.
71	1. Упражнять в ловле катящихся, низко летящих и полуввысоких мячей, в работе в парах, тройках, подгруппах. 2. Развивать ловкость, быстроту реакции. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
72	1. Упражнять в игре в футбол в команде. Закреплять технику нападающий – защитник, игре в парах. 2. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. 3. Воспитывать интерес к игре в футбол.
Итого (май): 4 часа	
ИТОГО за год: 36 часов	

#### 4. Методическое обеспечение

##### Упражнения для отработки технических приемов игры в футбол

###### 1. Удар внутренней стороной стопы

1. Размахивания бьющей ногой вперед с разворотом стопы на 90° (8-10 раз). Повторить движение, но уже со сгибанием опорной ноги в колене перед началом удара бьющей ногой вперед.
2. Встать в 5-6 шагах от стенки. Выполнить 20-25 ударов по неподвижному мячу с места. Затем проделать то же самое с одного или нескольких шагов разбега.
3. Сделать ворота перед стенкой из конусов шириной в один шаг. С расстояния 8-10 шагов посылать мяч низом в ворота. Выполнить три серии по 10 ударов.
4. Усложнить упражнение, сместив точку нанесения ударов на 3-4 шага в сторону.
5. Встать с товарищем друг против друга на расстоянии 1-9 шагов. Поочередно посылать мяч друг другу так, чтобы он мягко подкатывался к ногам партнера.

###### 2. Удар серединой подъема

1. Выполнять несколько раз ударное движение ногой без мяча (имитация удара).
2. С трех шагов выполнить удар по неподвижному мячу о стенку. Движения выполнять в замедленном темпе, стараясь почувствовать соприкосновение ноги с серединой мяча. Выполнить 10-15 ударов.
3. Сделать на стене квадрат размером 1 x 1 м и нанести по нему 15-20 ударов с расстояния 10-12 шагов. Удары выполнять по неподвижному мячу с небольшого разбега.
4. Один ребенок выполняет передачу сбоку, а другой с разбега совершает удары по катящемуся мячу в цель (ворота, мишень на стене). Выполнив по восемь ударов с обеих ног, поменяться друг с другом местами.
5. Встать с ребенком в 12 шагах друг от друга. Накатывать ему мяч для удара. Задача ребенка — ударом по катящемуся мячу точно направлять мяч вам в руки.
6. Один ребенок встает в ворота. Другой ребенок наносит по воротам по пять сильных ударов правой и левой ногой. Поменяться местами.

### **3. Удар носком и пяткой**

1. Имитация ударов пяткой по неподвижному мячу сначала с места, а потом с нескольких шагов разбега, ставя ногу на специальную отметку.
2. Дети встают в 4-5 шагах друг от друга. Поворачиваются друг к другу спиной и наносят удар пяткой с места, направляя мяч партнеру. Партнер останавливает мяч и, повернувшись на 180°, таким же способом направляет мяч в вашу сторону. Выполните по 10-15 ударов.
3. Ребенок встает около стенки и поворачивается к ней спиной. Ставит мяч впереди себя на расстоянии 1,5 шага. Делает по очереди шаг опорной ногой вперед и наносит пяткой удар по мячу.
4. Сделать ворота шириной 1 м. Дети занимают позиции по обе стороны от ворот. Поочередно с небольшого разбега наносят пяткой удары по воротам. Расстояние от ворот до лежащего на земле мяча 5-7 шагов.

### **4. Остановка мяча**

1. С пяти шагов направлять мяч низом в стенку и остановить его после отскока. Сделать 15 остановок той и другой ногой.
2. Дети встают в 4-5 шагах друг от друга и упражняются в передачах и остановках мяча внутренней стороной стопы. Постепенно увеличивать расстояние до 8 шагов.
3. Дети встают в 7-8 шагах друг от друга. Продвигаясь вперед, передают мяч друг другу, предварительно останавливая его ногой. Темп движения постепенно увеличивать.

### **5. Ведение мяча**

1. Ведение мяча по прямой в медленном темпе, так, чтобы при каждом шаге мяч касался ноги, выполняя удары-толчки то правой, то левой ногой.
2. Начертить круг диаметром 8-9 шагов. Ведение мяча по линии круга то правой, то левой ногой сначала в медленном, а затем и в более быстром темпе.
3. Начертить коридор длиной 20-25 шагов и шириной до 1 метра. Ведение мяча по коридору, меняя ноги. Постепенно уменьшать ширину коридора до 50 см.
4. Установить на площадке флажок, стойку или ветку. Поставить ребенка с мячом в 20 шагах от флажка. Ведение мяча вперед, одновременно держа в поле зрения и мяч, и ориентир.
5. Расставить на площадке в произвольном порядке камни, кегли, флажки и т.п. Ведение мяча между ними в произвольном направлении.

### **6. Игра вратаря.**

#### **Ловля катящихся, низколетающих и полуввысоких мячей**

1. Из стойки ноги врозь выполнять наклоны туловища вперед, не сгибая колени. Затем выполнять наклоны из стойки ноги вместе.
2. Сделать ворота шириной 4-5 шагов. Ребенок встает в ворота, а его партнер - в 6-7 шагах от него. Партнер посылает мячи в стороны ворот ударами внутренней стороной стопы, а ребенок наклоняется, подхватывает мяч и, выпрямляясь, прижимает его к груди.
3. Упражнение по содержанию напоминает предыдущее, однако мяч направляется чуть правее или чуть левее от вратаря. Тот, сделав шаг в сторону, приставляет вторую ногу, наклоняется и ловит мяч.
4. Ребенок выполняет стойку вратаря: ноги чуть шире плеч, руки согнуты в локтях и вытянуты вперед. Подбрасывать ему мяч на 30-40 см вверх, чтобы ребенок ловил его, подтягивая к груди.
5. Стоя в воротах, ребенок ловит мячи, набрасываемые ему партнером с 4-5 шагов, на уровне живота.
6. Делая несколько шагов вперед, ребенок ловит мячи, набрасываемые партнером с 6-7 шагов на уровне живота.
7. Набрасывать ребенку мячи с 6-8 шагов чуть в сторону от него. Тот ловит их, предварительно переместившись приставными или перекрестными шагами в соответствующую сторону.

## Подвижные игры с мячом

### 1. «Подвижная цель»

Все дети делятся на несколько групп, каждая группа становится в круг, водящий — в центре. Дети передают друг другу мяч ногой, стараясь попасть в водящего. Попавший становится водящим, а ребенок, бывший водящим, встает в круг.

Мячом можно ударять только в ноги водящего.

### 2. «Ведение мяча парами»

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

### 3. «Гонка мячей»

Все дети свободно располагаются на площадке, у каждого — по мячу. После сигнала воспитателя все ведут мяч ногой, стараясь не сталкиваться друг с другом.

В а р и а н т . То же, но по первому сигналу воспитателя игроки ведут мяч в быстром темпе, по следующему сигналу — в медленном.

### 4. «Задержи мяч»

Дети становятся в круг — это нападающие, внутри круга — защитник. Нападающие быстро передают ногой друг другу мяч так, чтобы он катился по земле, а защитник старается задержать его. Если ему это удастся сделать, то он меняется местами с тем нападающим, который отбивал мяч последним.

Если в игре участвует много детей, то могут быть 2 — 3 защитника.

### 5. «Игра в футбол вдвоем»

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

### 6. «Забей в ворота»

Несколько играющих детей (4—6) становятся на линию, отмеченную в 5 м от ворот, — это нападающие. Двое детей — защитники, они располагаются между линией и воротами. Нападающие по очереди забивают в ворота три мяча. Защитники стараются поймать мячи и возвращают обратно нападающим. Затем дети меняются ролями. Выигрывает тот ребенок, который больше забивает мячей в ворота.

### 7. «У кого больше мячей»

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

### 8. «Футболист»

Дети становятся в линию или круг. В центре круга (или перед играющим) кладется мяч. По сигналу воспитателя ребенок закрывает глаза, делает поворот, идет к мячу и старается ударить по нему ногой.

### 9. «Забей гол»

В игре одновременно участвуют две команды. Над средней линией поля (20X10 м) на высоте 70 — 80 см натягивают шнур. По обеим сторонам поля в 2 м от средней линии чертятся ограничительные полосы. Каждая из команд располагается на своей половине. В игру вводится два мяча. Игроки пытаются ударом ноги так направить мяч, чтобы он вышел за пределы площадки соперников, т. е. забить гол. Однако гол засчитывается лишь в том случае, если мяч пересечет лицевую линию поля. Запрещается производить удары по мячу, находящемуся между ограничительной и средней линиями поля. Побеждает команда, сумевшая за условленное время забить больше голов.

### 10. «Смена сторон»



В игре одновременно участвуют две команды, в составе 7 — 10 игроков. На площадке в 15 — 20 м друг от друга обозначаются две параллельные черты. Каждая команда располагается за своей линией. Все дети имеют по мячу. По сигналу игроки обеих команд начинают вести мячи (ногами) к линии соперников. Как только мяч пересечет линию, игрок берет его в руки и поднимает вверх. Побеждает команда, игроки которой сумеют быстрее перебраться на сторону соперников.

#### **11. «Футбольный слалом»**

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

#### **12. «С двумя мячами»**

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

#### **13. «Сильный удар»**

На площадке обозначается линия удара, а далее — коридор шириной 10 м. Играющие поочередно совершают по 3 удара левой и правой ногой, стремясь послать мяч как можно дальше. Попытка засчитывается, если мяч приземлится в пределах коридора. Побеждает ребенок, пославший мяч дальше других (берется результат одной попытки).

#### **14. «Попади в мишень»**

Дети поочередно с расстояния 7- 8 м стремятся попасть в круг диаметром 1 м, обозначенный на деревянном щите или стенке. Каждый выполняет по 3 удара правой и левой ногой по неподвижному мячу. Побеждает ребенок, сумевший сделать больше точных попаданий. Игру можно провести и как командную. В этом случае победительницей считается команда, игроки которой в сумме забили больше голов.

### **5. Перечень оборудования и пособий:**

- Шведская стенка
- гимнастические скамейки
- игровое поле с разметкой
- мячи футбольные (на подгруппу детей, 10 шт.)
- скакалки (на подгруппу детей, 10 шт.)
- конусы-ориентиры (10 шт.)
- кегли (10 шт.)
- схемы технических приемов игры в футбол

### **6. Список литературы**

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» М., Просвещение, 1992.
2. Кантан В.В. «Раннее физическое развитие ребенка» С.- Пб, 2001.