

Городской округ Ханты-Мансийск
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 9 «Одуванчик»
(МБДОУ Детский сад № 9 «Одуванчик»)**

Принята на заседании
методического совета
от «30» августа 2023 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 9 «Одуванчик»
Е.Н.Борисенко
Приказ № 319
от «30» августа 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная программа
физкультурно-спортивной направленности
«Юный футболист»

Возраст обучающихся: 4-6 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Лебедев Дмитрий Сергеевич,
инструктор по физическому воспитанию

г. Ханты-Мансийск, 2023

Содержание

I.	Целевой раздел Программы	
1.1	Пояснительная записка	3-4 стр.
1.2	Цели и задачи Программы	5 стр.
1.3	Планируемые результаты освоения программы	5 стр.
1.4	Календарный учебный график	5-6 стр.
1.5	Учебный тематический план	6-9 стр.
II.	Содержательный раздел	
2.1	Описание образовательной деятельности	9-17 стр.
2.2	Методическое обеспечение	18-19 стр.
2.3	Календарно - тематический план	20-29 стр.
III.	Организационный раздел	
3.1	Материально – техническое обеспечение	30 стр.
3.2	Информационный источник	31 стр.
IV.	Мониторинг	32-33 стр.
V.	Приложения	34 стр.

I. Целевой раздел

Комплекс основных характеристик

Пояснительная записка

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

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

Потребность в движении, повышенная двигательная активность - наиболее важные биологические особенности детского организма. При их недостатке возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

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

Дополнительная общеразвивающая программа «Юный футболист» разработана в соответствии с нормативными документами:

- - Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной

деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30.09.2020);

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г. № 30384);
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа — Югры от 20.08.2018 № 1142;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития систем дополнительного образования детей»;
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №9 «Одуванчик».

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста обучающихся, их особенностями, состоянием здоровья. На занятиях создаются условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, дается возможность раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого обучающегося. Рационально распределяется двигательная нагрузка дошкольников: с учетом физиологической реакции, соответствие нагрузки их возрастным и индивидуальным возможностям, уровнем подготовленности.

Новизна программы использование современных педагогических технологий. Акцент в данной программе делается на физическое развитие обучающегося, с внедрением в занятие игровых упражнений.

Направленность программы физкультурно-спортивная.

Тип программы авторская

Уровень освоения программы базовый- разнообразие движений и их вариантов дает возможность развивать и совершенствовать быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость. Основной его задачей является развитие у обучающихся координации движений, умения следить за траекторией полета мяча, выработки быстрой ответной реакции на летящий мяч. На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом.

Отличительной особенностью данной программы является развитие физических качеств у детей дошкольного возраста, с внедрением в занятие игровые упражнения. Наряду с физическим развитием детей решаются задачи нравственного, умственного и эстетического воспитания. Во время игры в футбол тренер активно формирует у них нравственно-волевые качества: целеустремленность, настойчивость, выдержку, смелость.

Адресат программы обучающиеся 4 - 6 лет
Рекомендуемый состав групп 12 обучающихся

1.2 Цели и задачи Программы

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

Задачи программы

Обучающие:

- формировать представление об игре в футбол, о спорте, о здоровом образе жизни;
- ознакомить с основными правилами и принципами игры;

Развивающие:

- формировать первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в футбол (ведение, остановка, удар, передача);
- накапливать и обогащать двигательный опыт детей (бег, бег с изменением направления и скорости, бег спиной вперед, бег приставными шагами);
- содействовать в развитии физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, сила,);

Воспитательные:

- способствовать воспитанию активности, сознательности, морально-волевых качеств, уверенности в своих силах, уважительного отношения к себе и окружающим;
- сформировать интерес и желание вести здоровый образ жизни.

Условия реализации программы

1.3 Планируемые результаты

- укрепление здоровья детей, повышение уровня двигательной активности;
- формирование двигательных умений и навыков, укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях, умение чувствовать себя комфортно в большом коллективе;
- понимать роль занятий по физической культуре для физического развития;
- знать правила поведения и техники безопасности на занятиях и в спортивном зале;
- знать названия и упрощенные правила игры в футбол.
- уметь свободно ориентироваться на площадке;
- выполнять различные действия с мячом: бросать и ловить, катать, метать;
- взаимодействовать друг с другом во время игры,
- выполнять основные приемы техники спортивной игры футбол;
- уметь подчинять свои интересы интересам команды.

1.4 Календарный учебный график

Адресат программы обучающиеся 4 - 6 лет
Рекомендуемый состав групп 12 обучающихся

Сроки реализации программы 2 года

Количество учебных часов – 136 часов

Из них:

1 год обучения возраст (4-5 лет) - 68 часов

2 год обучения возраст (5-6 лет) - 68 часов

Режим занятий:

1 год обучения возраст (4-5 лет) 2 занятия в неделю 2 академических часа по 30 минут;

2 год обучения возраст (5-6 лет) 2 занятия в неделю 2 академических часа по 30 минут;

Количество учебных часов – 136 часов.

Форма обучения: очная.

Место обучения: занятия проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке, в зависимости от погодных условий на базе МБДОУ «Детский сад №9 «Одуванчик»

Структура занятий:

1. Вводная часть (3 -4 мин.) – разминка, целью которой является подготовка организма ребенка к более интенсивной работе в основной части (различные виды ходьбы, бег, прыжки, подскоки, дыхательные упражнения и подвижные игры).
2. Основная часть (20 мин) - небольшой комплекс общеразвивающих упражнений обучение движениям с мячом, (подводящие упражнения, сходные по структуре с главными элементами техники того или иного движения в игре футбол), дыхательное упражнение.
3. Заключительная часть (4 -5 мин)
релаксация (ходьба с дыхательными упражнениями, спокойная игра).

1.5 Учебный тематический план

№ п/п	Темы разделов	Часовая нагрузка Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1 год обучения				
1.1	Беседа на тему: Футбол	2	2	
1.2	Контрольные занятия	4		4
1.3	Школа мяча	22		22
1.4	Техника владения и передвижения с мячом	29		29
1.5	Челночный бег	2		2
1.7	Игра в футбол	9		9
2 год обучения				
2.1	Беседа на тему: Футбол	2	2	

2.2	Контрольные занятия	2		2
2.3	Школа мяча	30		30
2.4	Развитие физических качеств	10		10
2.5	Игра в Футбол	22		22
2.6	Итоговое занятие	2		2
	Итого:	136	4	132

**Учебный план программы
1-й год обучения**

№ п/п	Разделы, название темы	Всего	Теория	Практика
1.Беседа не тему: Футбол				
1.1	Знакомство с игрой футбол	1	1	
1.2	Учимся играть в футбол	1	1	
2. Контрольные занятия				
2.1	Ведение мяча змейкой – 10 м.	2		2
2.2	Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м)	2		2
3. Школа мяча				
3.1	Удар по неподвижному мячу	4		4
3.2	Удары по катящему мячу	4		4
3.3	Передача мячу друг другу	5		5
3.4	Передача мяча по прямой	4		4
3.5	Передача мяча в парах тройках	5		5
4. Техника владения и передвижения с мячом				
4.1	Ведение мяча с изменением направления, остановка мяча	4		4
4.2	Ведение с изменением направления, передача мяча	5		5
4.3	Техника владения мячом	4		4
4.4	Техника передвижения	4		4
4.5	Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча	4		4
4.6	Ведение с последующим ударом по воротам	4		4
4.7	Ведение мяча с изменением направления, игра в «стенку»	4		4
5. Челночный бег				
5.1	Ведение мяча - челнок	1		1
5.2	Ведение мяча в средней и высокой стойке до черты.	1		1
6. Игра в футбол				

6.1	Игра в футбол 1 на 1	9		9
Итого:		68	2	66

**Учебный план программы
2-й год обучения**

№ п/п	Разделы, название темы	Всего	Теория	Практика
1.Беседа не тему: Футбол				
1.1	Беседа: простейшие правила игры. Вспомнить основные элементы техники игры. Игра в футбол.	1	1	
1.2	Беседа: как избежать травматизма. Ведение мяча по прямой, змейкой. Удары в цель. Игра в футбол.	1	1	
2. Контрольные занятия				
2.1	Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча	1		1
2.2	Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м).	1		1
3. Школа мяча				
3.1	Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу	4		4
3.2	Скоростное ведение по прямой	2		2
3.3	Ведение с остановкой и изменением скорости	2		2
3.4	Скоростное ведение с изменением направления	2		2
3.5	Передача мяча в тройках , в движении	3		3
3.6	Техника передвижения, скоростное ведение	3		3
3.7	Ведение мяча с препятствиями	3		3
3.8	Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу	3		3
3.9	Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу	3		3
3.10	Ведение мяча с обманными движениями	2		2
3.11	Ведение с последующим ударом в цель	3		3
4. Развитие физических качеств				
4.1	Развитие равновесия	5		5
4.2	Развитие силы и координации	5		5

5. Игра в Футбол				
5.1	Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3на3	11		11
5.2	Игра в футбол по заданию	3		3
5.3	Игра по упрощенным правилам 1 на 1	5		5
5.4	Элементы игры в волейбол	3		3
6. Итоговое занятие				
6.1	«Волшебные мячи»	2		2
Итого:		68	2	66

II. Содержательный раздел

2.1 Описание образовательной деятельности

1 год обучения

.Знакомство с игрой футбол.

Беседа на тему «Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире», ведение мяча по прямой (змейкой), удары по воротам, игра в футбол.

Учимся играть в футбол.

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

Контрольное занятие

Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м). Метание набивного мяча из-за головы (1 кг/см). Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока.

Школа мяча, удар по неподвижному мячу.

Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Удар мяча в цель. Игр.упр.: «Солнышко». П/и.: «Мяч водящему». Игра в футбол.

Удар по неподвижному мячу, ведение мяча.

Бег через набивные мячи. «Чей мяч дальше?» - удар по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игр.упр.: «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. П/и. «Задержи мяч». Игра в футбол.

Школа мяча.

Перебрасывание мяча друг другу стоя, способ из-за головы; метание мяча вдаль правой и левой рукой. Игр.упр.: «Вперед с мячом». П/и: «Поймай мяч». Игра в футбол.

Школа мяча, удар по неподвижному мячу.

Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Удар мяча в цель. Игр.упр.: «Солнышко». П/и.: «Мяч водящему». Игра в футбол.

Школа мяча, ведение мяча.

Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя. Ведение мяча с изменением направления. Игр.упр.: «Перенос трех мячей». П/и.: «Мяч и веревка». Игра в футбол.

Школа мяча.

Перебрасывание мяча друг другу стоя, способ от груди. Метание мяча вдаль. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Игр.упр.: «Догони мяч». П/и.: «Брось, поймай». Игра в футбол.

Школа мяча, удар по неподвижному мячу.

Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Удар мяча в цель. Игр.упр.: «Солнышко». П/и.: «Мяч водящему». Игра в футбол.

Школа мяча, ведение мяча.

Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях. Ведение мяча с изменением скорости. Игр.упр.: «Пингвины с мячом». П/и.: «Ловишка в кругу». М/п игра «Ручейки и озера».

Школа мяча.

Перебрасывание мяча друг другу сидя, ноги врозь. Игр.упр.: «Передал - садись». П/и «Сделай фигуру». Игра в футбол.

Техника передвижения, ведение мяча.

«Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед. «Чей мяч дальше?» - удары по неподвижному мячу. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игр.упр. «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу, «Обратный поезд». П/и.: «Подвижная цель». М/п игра «Олени».

Удар по неподвижному мячу, ведение мяча.

Бег через набивные мячи. «Чей мяч дальше?» - удар по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игр.упр.: «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. П/и. «Задержи мяч». Игра в футбол.

Передача мяча, ведение.

Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр. «Футбол вдвоем», «Ловкие ребята». П/и «Шишки, желуди, орехи». Игра в футбол.

Ведение мяча с изменением направления, остановка мяча.

Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр. «Точный удар» - игра в парах: удар по неподвижному мячу, остановка мяча – игровая задача – не потерять мяч. П/и. «Пустое место». Игра в футбол.

Ведение с изменением направления, передача мяча.

Удары по воротам. Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Игр.упр. «Вокруг света» «Не выпускать мяч из круга», П/и. «Меткий стрелок». игра в футбол.

Передача мяча, ведение.

Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр. «Футбол вдвоем», «Ловкие ребята». П/и «Шишки, желуди, орехи». Игра в футбол.

Техника владения мячом.

Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). Метание набивного мяча от груди двумя руками. Игр.упр. «Серпантин», «Передал - садись» - броски и ловля мяча. П/и. «Ловля оленей». М/п игра «Летает - не летает».

Техника передвижения.

Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад) Игр.упр. «Найди свой цвет», «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» -

перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч. П/и.: «Стой!». Игра в футбол.

Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча.

Ведение мяча вокруг себя правой, левой ногой. Подъем мяча. Игр.упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног. «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».

Передача мяча, ведение.

Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр. «Футбол вдвоем», «Ловкие ребята». П/и «Шишки, желуди, орехи». Игра в футбол.

Техника владения мячом.

Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). Метание набивного мяча от груди двумя руками. Игр.упр. «Серпантин», «Передал - садись» - броски и ловля мяча. П/ и. «Ловля оленей». М/п игра «Летает - не летает».

Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча.

Ведение мяча вокруг себя правой, левой ногой. Подъем мяча. Игр.упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног. «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».

Ведение с последующим ударом по воротам.

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

Челночный бег.

Челночный бег . Ведение мяча - челнок. Игр.упр. «Вышло солнце из-за реки», «По кочкам» (прыжки), «Дойди – не урони» - ведение мяча в средней и высокой стойке до черты. П/и.: «Успей поймать!». М/п игра «Ухо-лоб-нос».

Ведение с последующим ударом по воротам.

Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Ведение мяча правой, левой ногой и вокруг себя. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, П/и.: Меткий стрелок» попадание мячом в обруч. Игра в футбол.

Школа мяча, развитие равновесия.

Передача мяча двумя руками от груди в парах. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр.упр. «Горячая картошка». П/игра «У кого меньше мячей». Игра в футбол

Передача, развитие равновесия.

Передача мяча. Подскоки с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр.упр. «Колобок». П/игра «У кого меньше мячей». Игра в футбол

Прыжки из стороны в сторону, подъем мяча.

Прыжки на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева. Перебрасывание мяча друг другу через шнур. Игр.упр. «Головой удерживая мяч». П/и.: «Охотники и звери». М/п игра «У кого мяч».

Передача мяча в тройках, прыжки.

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

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

Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами на скорость. Игр.упр. «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. П/и.«Блуждающий мяч». «У ребят порядок строгий». М/п игра «Запомни и замри».

Школа мяча.

Перебрасывание мяча друг другу сидя, ноги врозь. Игр.упр.: «Передал - садись». П/и «Сделай фигуру». Игра в футбол.

Умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра.

Беседа: умей нападать, умей защищаться. Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3на3.

Передача, развитие равновесия.

Передача мяча. Подскоки с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр.упр. «Колобок». П/игра «У кого меньше мячей». Игра в футбол.

Ведение с изменением направления, передача мяча.

Ведение мяча вокруг себя правой, левой ногой. Подъем мяча. Игр.упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног. «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».

Техника владения мячом.

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

Техника владения мячом.

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

Передача мяча, ведение.

Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр. «Футбол вдвоем», «Ловкие ребята». П/и «Шишки, желуди, орехи». Игра в футбол.

Контрольное занятие

Содержание программы

2 год обучения

1.1.Простейшие правила игры

Беседа: простейшие правила игры. Вспомнить основные элементы техники игры. Игра в футбол.

1.2.Как избежать травматизма?

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

1.3.Контрольное занятие

Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м).

1.4.Школа мяча

Перебрасывание мяча друг другу стоя способ из-за головы. Метание малого мяча в вертикальную цель, в броске мяча вверх и ловле его двумя руками. Игр.упр. «Головой удерживая мяч», «Подскок», «Мяч в обруч». П/и.: «Колобок». Игра в мин. футбол.

1.5. Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу

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

Школа мяча, скоростное ведение по прямой

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

Школа мяча. Ведение с остановкой и изменением скорости

Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях, спиной друг к другу. Ведение мяча с остановкой и изменением скорости. Игр.упр.: «Переноска мячей». П/и: «Играй, играй, мяч не теряй». М/п игра «Повтори-ка».

Школа мяча, скоростное ведение с изменением направления

Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом. Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Ведение с изменением направления Игр.упр.: «Передал-садись». П/и.: «Успей поймать». Игра в футбол.

Школа мяча, передача мяча в тройках в движении

Передача мяча через сетку в парах способом из-за головы. Ползание под дугами, головой прокатывая набивной мяч. Передача мяча в тройках, в движении. П/игра «Успей перебежать». «Здравствуй, догони!». Игра в футбол.

Школа мяча, ведение с обманными движениями

Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. Ведение мяча с обманными движениями. Игр.упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».

Школа мяча, скоростное ведение с изменением направления

Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом. Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Ведение с изменением направления Игр.упр.: «Передал-садись». П/и.: «Успей поймать». Игра в футбол.

Школа мяча, передача мяча в тройках в движении

Передача мяча через сетку в парах способом из-за головы. Ползание под дугами, головой прокатывая набивной мяч. Передача мяча в тройках, в движении. П/игра «Успей перебежать». «Здравствуй, догони!». Игра в футбол.

Школа мяча, ведение с обманными движениями

Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. Ведение мяча с обманными движениями. Игр.упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».

Школа мяча, скоростное ведение с изменением направления

Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом. Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Ведение с изменением направления Игр.упр.: «Передал-садись». П/и.: «Успей поймать». Игра в футбол.

Ведение мяча, удары по неподвижному мячу

Ведение мяча между ориентирами. Удары по неподвижному мячу. Игр.упр. «Подвижная цель» - дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в водящего, «Чей мяч дальше?». П/и. «Разноцветный мячик». М/п игра «Тик-так».

Школа мяча. Ведение с остановкой и изменением скорости

Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях, спиной друг к другу. Ведение мяча с остановкой и изменением скорости. Игр.упр.: «Переноска мячей». П/и: «Играй, играй, мяч не теряй». М/п игра «Повтори-ка»

Техника передвижения, скоростное ведение

Бег через набивные мячи. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Ведение мяча с изменением направления. Игр.упр. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой, «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. П/и. «Пустое место» (пятнашки с вызовом). Игра в футбол.

Ведение мяча, удары по неподвижному мячу

Ведение мяча между ориентирами. Удары по неподвижному мячу. Игр.упр. «Подвижная цель» - дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в водящего, «Чей мяч дальше?». П/и. «Разноцветный мячик». М/п игра «Тик-так».

Школа мяча. Ведение с остановкой и изменением скорости

Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях, спиной друг к другу. Ведение мяча с остановкой и изменением скорости. Игр.упр.: «Переноска мячей». П/и: «Играй, играй, мяч не теряй». М/п игра «Повтори-ка»

Школа мяча, скоростное ведение по прямой

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

Техника передвижения, скоростное ведение

Бег через набивные мячи. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Ведение мяча с изменением направления. Игр.упр. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой, «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. П/и. «Пустое место» (пятнашки с вызовом). Игра в футбол.

Ведение мяча с препятствиями

Игр.упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол. Релаксация «Волшебный сон».

Передача мяча в тройках, развитие равновесия

Передача мяча в тройках. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр.упр. «Кто быстрее?». П/игра «Пустое место». М/п игра «Мяч по кругу».

Умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра

Беседа: умей нападать, умей защищаться. Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3 на 3

Техника передвижения, передача мяча

Бег по прямой и спиной вперед. Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр. ». «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед, «Футбол вдвоем» - игра в парах: приемы мяча – игровая задача – не потерять мяч, ведение мяча с передачи. П/и «Мяч и веревка». М/п игра «Будь внимательным».

Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу

Передача мяча друг другу в движении. Удары по воротам; удар мяча о стену и обратно. Игр.упр. «Точный удар», «Кто больше отобьет». П/и. «Пятнашки». Игра в футбол

Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу

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

Ведение мяча восьмеркой, передачи мяча

Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Ведение мяча парами. Передача мяча ногой по кругу. Игр.упр. «Ведение мяча парами», «Забей в ворота». П/и. «Мяч с топотом». Игра в футбол

Школа мяча, передача мяча в тройках в движении

Передача мяча через сетку в парах способом из-за головы. Ползание под дугами, головой прокатывая набивной мяч. Передача мяча в тройках, в движении. П/игра «Успей перебежать». «Здравствуй, догони!». Игра в футбол.

Развитие силы и координации

Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ногами. П/игры «Штандр. Мячик кверху», «Удочка». Игра в футбол. М/п игра «Кузнечик» – формирование правильной осанки.

Школа мяча, передача мяча в тройках в движении

Передача мяча через сетку в парах способом из-за головы. Ползание под дугами, головой прокатывая набивной мяч. Передача мяча в тройках, в движении. П/игра «Успей перебежать». «Здравствуй, догони!». Игра в футбол.

Развитие силы и координации

Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ногами. П/игры «Штандр. Мячик кверху», «Удочка». Игра в футбол. М/п игра «Кузнечик» – формирование правильной осанки.

Элементы игры в волейбол

Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от. Игра в зайчика 3x1. П/игры «Не урони мяч». «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол М/п игра «Сделай фигуру».

Игра в футбол по заданию

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

Школа мяча, ведение с обманными движениями

Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. Ведение мяча с обманными движениями. Игр.упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».

Школа мяча

Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча обеими руками. Бросание мяча и ловля его двумя руками. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч, П/и. «Охотники и утки». Игра в футбол.

Передача мяча в парах, открывание

Передача мяча друг другу в быстром темпе. Открывание. Игр.упр. «Лови, бросай – падать не давай», «Туннель» -прокатывание мяча между ног, «Меткий стрелок». П/и. «Займи свободный кружок». Игра в футбол.

Передача мяча в движении, открывание.

Передача мяча в движении. Ведение мяча. Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами (открывание). П/и. «Ловля оленей», «Мяч капитану». Игра в футбол.

Ведение с последующим ударом в цель

Ведение с последующим ударом в цель, с разных участков поля. Игра в футбол. Релаксация «Наедине с дождем».

Передача мяча в движении, открывание.

Передача мяча в движении. Ведение мяча. Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами (открывание). П/и. «Ловля оленей», «Мяч капитану». Игра в футбол.

Техника передвижения, скоростное ведение

Бег через набивные мячи. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Ведение мяча с изменением направления. Игр.упр. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой, «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. П/и. «Пустое место» (пятнашки с вызовом). Игра в футбол.

Ведение мяча с препятствиями

Игр.упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол. Релаксация «Волшебный сон».

Развитие координации, техника владения мячом

Бег по координационной лесенке. Футбольное путешествие. П/и. «Пятнашки с мячом», «Беспокойный мяч». М/п игра «Вызов по имени».

Развитие равновесия, техника владения мячом

Ходьба по гимнастической скамье с перекладыванием малого мяча перед собой из правой руки в левую. Отбивание мяча от стены и ловля его двумя руками. Футбольное путешествие.

Игра

Игра по упрощенным правилам 1 на 1

Ведение с последующим ударом в цель

Ведение с последующим ударом в цель, с разных участков поля. Игра в футбол. Релаксация «Наедине с дождем»

Ведение мяча с препятствиями

Игр.упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол. Релаксация «Волшебный сон».

Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу

Передача мяча друг другу в движении. Удары по воротам; удар мяча о стену и обратно. Игр.упр.«Точный удар», «Кто больше отобьет». П/и. «Пятнашки». Игра в футбол

Передача мяча в тройках, развитие равновесия

Передача мяча в тройках. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр.упр. «Кто быстрее?». П/игра «Пустое место». М/п игра «Мяч по кругу».

Развитие силы и координации

Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ногами. П/игры «Штандр. Мячик кверху», «Удочка». Игра в футбол. М/п игра «Кузнечик» – формирование правильной осанки.

Элементы игры в волейбол

Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от. Игра в зайчика 3x1. П/игры «Не урони мяч». «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол М/п игра «Сделай фигуру».

Школа мяча, передача мяча в тройках в движении

Передача мяча через сетку в парах способом из-за головы. Ползание под дугами, головой прокатывая набивной мяч. Передача мяча в тройках, в движении. П/игра «Успей перебежать». «Здравствуй, догони!». Игра в футбол.

Развитие силы и координации

Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ногами. П/игры «Штандр. Мячик кверху», «Удочка». Игра в футбол. М/п игра «Кузнечик» – формирование правильной осанки.

Школа мяча

Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча обеими руками. Бросание мяча и ловля его двумя руками. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падаешь не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч, П/и. «Охотники и утки». Игра в футбол.

Передача мяча в парах, открывание

Передача мяча друг другу в быстром темпе. Открывание. Игр.упр. «Лови, бросай – падаешь не давай», «Туннель» -прокатывание мяча между ног, «Меткий стрелок». П/и. «Займи свободный кружок». Игра в футбол.

1.56. Игра в футбол по заданию

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

1.57. Ведение мяча с препятствиями

Игр.упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол. Релаксация «Волшебный сон».

1.58. как достичь положительного результата?

Беседа: как достичь положительного результата? Игра по упрощенным правилам 3 на 3

1.59. Передача мяча в парах, открывание

Передача мяча друг другу в быстром темпе. Открывание. Игр.упр. «Лови, бросай – падаешь не давай», «Туннель» -прокатывание мяча между ног, «Меткий стрелок». П/и. «Займи свободный кружок». Игра в футбол.

1.60. Контрольное занятие

Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м).

1.61. Развитие силы и координации

Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ногами. П/игры «Штандр. Мячик кверху», «Удочка». Игра в футбол. М/п игра «Кузнечик» – формирование правильной осанки.

1.62. Развитие координации, техника владения мячом

Бег по координационной лесенке. Футбольное путешествие. П/и. «Пятнашки с мячом», «Беспокойный мяч». М/п игра «Вызов по имени».

1.63. Развитие равновесия, техника владения мячом

Ходьба по гимнастической скамье с перекладыванием малого мяча перед собой из правой руки в левую. Отбивание мяча от стены и ловля его двумя руками. Футбольное путешествие.

1.64. Игра

Игра по упрощенным правилам 1 на 1

1.65. умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра

Беседа: умей нападать, умей защищаться. Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3 на 3

1.66. Развитие равновесия, техника владения мячом

Ходьба по гимнастической скамье с переключением малого мяча перед собой из правой руки в левую. Отбивание мяча от стены и ловля его двумя руками. Футбольное путешествие.

1.67. Ведение мяча с препятствиями

Игр.упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол. Релаксация «Волшебный сон».

1.68. Итоговое занятие «Волшебные мячи»

Игр.упр.: «Вышло солнце из-за речки» - бег врассыпную, быстро построиться возле своего обруча. «Попади в корзину» - бросок мяча в корзину разными способами, с разных точек. П/и. «Гонка мячей», «У кого меньше мячей», «Займи свободный кружок». М/п игра «Ручеек с мячом».

2.2 Методическое обеспечение

Формы работы обучающихся на занятии - подвижные игры с правилами, игровые упражнения, игровые ситуации, упражнения с мячом, соревновательная деятельность.

Методы работы с обучающимися на занятии

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

7. *Метод круговой тренировки* - предусматривает выполнение серии упражнений (например, с набивными мячами) на специально подготовленных местах («станциях»). Состав упражнений подбирается с расчетом разностороннего воздействия на различные мышечные группы и физические способности занимающихся.

Оборудование необходимое для проведения занятий

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

**2.3 Календарно - тематический план
1-й год обучения (4-5 лет)**

№ п/п	Дата	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	04.09.2023	15:30-16:00	беседа	1	Знакомство с игрой футбол	Спортивный зал	наблюдение
2	06.09.2023	15:30-16:00	игровые упражнения	1	Учимся играть в футбол	Спортивный зал	наблюдение
3	11.09.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Контрольное занятие	Спортивный зал	наблюдение
4	13.09.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Контрольное занятие	Спортивный зал	наблюдение
5	18.09.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Школа мяча, удар по неподвижному мячу	Спортивный зал	наблюдение
6	20.09.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Школа мяча, удар по неподвижному мячу	Спортивный зал	наблюдение
7	25.09.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Удар по неподвижному мячу, ведение мяча	Спортивный зал	текущий контроль
8	27.09.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Удар по неподвижному мячу, ведение мяча	Спортивный зал	текущий контроль
9	02.10.2023	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Школа мяча	Спортивный зал	наблюдение
10	04.09.2023	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Школа мяча	Спортивный зал	наблюдение
11	09.10.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Школа мяча, удар по неподвижному мячу	Спортивный зал	наблюдение
12	11.10.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Школа мяча, ведение мяча	Спортивный зал	текущий контроль
13	16.10.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Школа мяча, ведение мяча	Спортивный зал	текущий контроль
14	18.10.2023	15:30-16:00	игровые упражнения	1	Школа мяча	Спортивный зал	наблюдение
15	23.10.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Школа мяча, удар по неподвижному мячу	Спортивный зал	текущий контроль
16	25.10.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Школа мяча, ведение мяча	Спортивный зал	текущий

							контроль/наблюдение
17	30.10.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Школа мяча, ведение мяча	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
18	01.11.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Школа мяча, ведение мяча	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
19	08.11.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Школа мяча, ведение мяча	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
20	13.11.2023	15:30-16:00	игровые упражнения	1	Школа мяча	Спортивный зал	текущий контроль
21	15.11.2023	15:30-16:00	игровые упражнения	1	Техника передвижения, ведение мяча	Спортивный зал	наблюдение
22	20.11.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Удар по неподвижному мячу, ведение мяча	Спортивный зал	наблюдение
23	22.11.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Удар по неподвижному мячу, ведение мяча	Спортивный зал	наблюдение
24	27.11.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Передача мяча, ведение	Спортивный зал	наблюдение
25	29.11.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Передача мяча, ведение	Спортивный зал	наблюдение
26	04.12.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Ведение мяча с изменением направления, остановка мяча	Спортивный зал	текущий контроль
27	06.12.2023	15:30-16:00	игровые упражнения	1	Ведение с изменением направления, передача мяча	Спортивный зал	наблюдение
28	11.12.2023	15:30-16:00	игровые упражнения	1	Ведение с изменением направления, передача мяча	Спортивный зал	наблюдение
29	13.12.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Передача мяча, ведение	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
30	18.12.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Передача мяча, ведение	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
31	20.12.2023	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Передача мяча, ведение	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение

32	25.12.2023	15:30-16:00	игровые упражнения	1	Техника владения мячом	Спортивный зал	наблюдение
33	27.12.2023	15:30-16:00	игровые упражнения	1	Техника передвижения	Спортивный зал	наблюдение
34	10.01.2024	15:30-16:00	игровые упражнения	1	Техника передвижения	Спортивный зал	наблюдение
35	15.01.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча.	Спортивный зал	наблюдение
36	17.01.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча.	Спортивный зал	наблюдение
37	22.01.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Передача мяча, ведение	Спортивный зал	наблюдение
38	24.01.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Передача мяча, ведение	Спортивный зал	наблюдение
39	29.01.2024	15:30-16:00	игровые упражнения	1	Техника владения мячом	Спортивный зал	текущий контроль
40	31.01.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча.	Спортивный зал	наблюдение
41	05.02.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Ведение с последующим ударом по воротам	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
42	07.02.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Ведение с последующим ударом по воротам	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
43	12.01.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Ведение с последующим ударом по воротам	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
44	14.02.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Ведение с последующим ударом по воротам	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
45	19.02.2024	15:30-16:00	игровые упражнения	1	Челночный бег	Спортивный зал	текущий контроль
46	21.02.2024	15:30-16:00	игровые упражнения	1	Челночный бег	Спортивный зал	текущий контроль
47	26.02.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Ведение с последующим ударом по воротам	Спортивный зал	текущий контроль
48	28.02.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Школа мяча, развитие равновесия	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
49	04.03.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Школа мяча, развитие равновесия	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
50	06.03.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Передача, развитие равновесия	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение

51	11.03.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Передача, развитие равновесия	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение
52	13.03.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Прыжки из стороны в сторону, подъем мяча	Спортивный зал	наблюдение
53	18.03.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Передача мяча в тройках, прыжки	Спортивный зал	наблюдение
54	20.03.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Ведение мяча с изменением направления, игра в «стенку»	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение
55	25.03.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Ведение мяча с изменением направления, игра в «стенку»	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение
56	27.03.2024	15:30-16:00	соревновательная деятельность	1	Школа мяча	Спортивный зал	наблюдение
57	01.04.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра	Спортивный зал	текущий контроль
58	03.04.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Передача, развитие равновесия	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение
59	08.04.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Передача, развитие равновесия	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение
60	10.04.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Ведение с изменением направления, передача мяча	Спортивный зал	наблюдение
61	15.04.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Техника владения мячом	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение
62	17.04.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Техника владения мячом	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение
63	22.04.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Техника владения мячом	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение

64	24.04.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Техника владения мячом	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
65	29.04.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Передача мяча, ведение	Спортивный зал	наблюдение
66	06.05.2024	15:30-16:00	упражнения с мячом	1	Передача мяча, ведение	Спортивный зал	наблюдение
67	13.05.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Ознакомление с обманными движениями	Спортивный зал	текущий контроль
68	15.05.2024	15:30-16:00	игровые ситуации	1	Ведение с обманными движениями	Спортивный зал	наблюдение

2-й год обучения

№ п/п	Дата	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	04.09.2023	16:10-16:40	беседа	1	Простейшие правила игры	Спортивный зал	наблюдение
2	06.09.2023	16:10-16:40	игровые упражнения	1	Как избежать травматизма?	Спортивный зал	наблюдение
3	11.09.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Контрольное занятие	Спортивный зал	наблюдение
4	13.09.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча	Спортивный зал	наблюдение
5	18.09.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу	Спортивный зал	наблюдение
6	20.09.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча, скоростное ведение по прямой	Спортивный зал	наблюдение
7	25.09.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча. Ведение с остановкой и изменением скорости	Спортивный зал	наблюдение
8	27.09.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча, скоростное ведение с изменением	Спортивный зал	текущий контроль

					направления		
9	02.10.2023	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Школа мяча, передача мяча в тройках в движении	Спортивный зал	наблюдение
10	04.09.2023	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Школа мяча, ведение с обманными движениями	Спортивный зал	наблюдение
11	09.10.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча, скоростное ведение с изменением направления	Спортивный зал	наблюдение
12	11.10.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча, передача мяча в тройках в движении	Спортивный зал	текущий контроль
13	16.10.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча, ведение с обманными движениями	Спортивный зал	текущий контроль
14	18.10.2023	16:10-16:40	игровые упражнения	1	Школа мяча, скоростное ведение с изменением направления	Спортивный зал	наблюдение
15	23.10.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Ведение мяча, удары по неподвижному мячу	Спортивный зал	текущий контроль
16	25.10.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча. Ведение с остановкой и изменением скорости	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение
17	30.10.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Техника передвижения, скоростное ведение	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение
18	01.11.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Ведение мяча, удары по неподвижному мячу	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение
19	08.11.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча. Ведение с остановкой и изменением скорости	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение
20	13.11.2023	16:10-16:40	игровые упражнения	1	Школа мяча, скоростное ведение по прямой	Спортивный зал	текущий контроль
21	15.11.2023	16:10-16:40	игровые упражнения	1	Техника передвижения,	Спортивный зал	наблюдение

					скоростное ведение		
22	20.11.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Ведение мяча с препятствиями	Спортивный зал	наблюдение
23	22.11.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Передача мяча в тройках, развитие равновесия	Спортивный зал	наблюдение
24	27.11.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра	Спортивный зал	наблюдение
25	29.11.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Техника передвижения, передача мяча	Спортивный зал	наблюдение
26	04.12.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу	Спортивный зал	текущий контроль
27	06.12.2023	16:10-16:40	игровые упражнения	1	Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу	Спортивный зал	наблюдение
28	11.12.2023	16:10-16:40	игровые упражнения	1	Ведение мяча восьмеркой, передачи мяча	Спортивный зал	наблюдение
29	13.12.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча, передача мяча в тройках в движении	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
30	18.12.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Развитие силы и координации	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
31	20.12.2023	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча, передача мяча в тройках в движении	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
32	25.12.2023	16:10-16:40	игровые упражнения	1	Развитие силы и координации	Спортивный зал	наблюдение
33	27.12.2023	16:10-16:40	игровые упражнения	1	Элементы игры в волейбол	Спортивный зал	наблюдение
34	10.01.2024	16:10-16:40	игровые упражнения	1	Игра в футбол по заданию	Спортивный зал	наблюдение
35	15.01.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча, ведение с обманными движениями	Спортивный зал	наблюдение
36	17.01.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча	Спортивный зал	наблюдение

37	22.01.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Передача мяча в парах, открывание	Спортивный зал	наблюдение
38	24.01.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Передача мяча в движении, открывание.	Спортивный зал	наблюдение
39	29.01.2024	16:10-16:40	игровые упражнения	1	Ведение с последующим ударом в цель	Спортивный зал	текущий контроль
40	31.01.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Передача мяча в движении, открывание.	Спортивный зал	наблюдение
41	05.02.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Техника передвижения, скоростное ведение	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
42	07.02.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Ведение мяча с препятствиями	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
43	12.01.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Развитие координации, техника владения мячом	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
44	14.02.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Развитие равновесия, техника владения мячом	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
45	19.02.2024	16:10-16:40	игровые упражнения	1	Игра	Спортивный зал	текущий контроль
46	21.02.2024	16:10-16:40	игровые упражнения	1	Ведение с последующим ударом в цель	Спортивный зал	текущий контроль
47	26.02.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Ведение мяча с препятствиями	Спортивный зал	текущий контроль
48	28.02.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
49	04.03.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Передача мяча в тройках, развитие равновесия	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
50	06.03.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Развитие силы и координации	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
51	11.03.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Элементы игры в волейбол	Спортивный зал	текущий контроль/наблюдение

52	13.03.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Элементы игры в волейбол	Спортивный зал	наблюдение
53	18.03.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Школа мяча, передача мяча в тройках в движении	Спортивный зал	наблюдение
54	20.03.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Развитие силы и координации	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
55	25.03.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Школа мяча	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
56	27.03.2024	16:10-16:40	соревновательная деятельность	1	Передача мяча в парах, открывание	Спортивный зал	наблюдение
57	01.04.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Игра в футбол по заданию	Спортивный зал	текущий контроль
58	03.04.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Ведение мяча с препятствиями	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
59	08.04.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	как достичь положительного результата?	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
60	10.04.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Передача мяча в парах, открывание	Спортивный зал	наблюдение
61	15.04.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Контрольное занятие	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
62	17.04.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Развитие силы и координации	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
63	22.04.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Развитие координации, техника владения мячом	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
64	24.04.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Развитие равновесия, техника владения мячом	Спортивный зал	текущий контроль/ наблюдение
65	29.04.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Игра	Спортивный зал	наблюдение
66	06.05.2024	16:10-16:40	упражнения с мячом	1	Умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра	Спортивный зал	наблюдение
67	13.05.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Развитие равновесия,	Спортивный зал	текущий контроль

					техника владения мячом		
68	15.05.2024	16:10-16:40	игровые ситуации	1	Ведение мяча с препятствиями	Спортивный зал	наблюдение

III. Организационный раздел

4.1. Материально – техническое обеспечение.

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

Технические характеристики физкультурного зала

Общая площадь зала (кв. м)	50,8 кв. м
Освещение естественное	5 окон
Освещение искусственное	лампы дневного света с защитой
Уровень освещенности	норма
Наличие системы пожарной безопасности	имеется
Наличие системы отопления	имеется
Возможность проветривания помещения	имеется
Поверхность пола (удобная для обработки)	имеется

№	Наименование оборудования	Количество
1.	Футболка детская	30
2.	Шорты детские	30
3.	Флажки разноцветные	40
4.	Мяч - фитбол для гимнастики (диаметр не менее 50см)	30
5.	Коврики	20
7.	Мячи средние	30
9.	Мячи футбольные	30
10.	Ворота	2
11.	Кубики, скакалки, обручи, гимнастические палки, флажки,	по количеству детей
12.	Фишки	40
13.	Конусы	10
14.	Координационная лесенка	1
15.	Гимнастические лавки	6
16.	Гимнастические лестницы	1
15.	Манишки	50
16.	Свисток	1
17.	Мат гимнастический	2
18.	Музыкальный центр с 2 колонками	1

4.2 Информационный источник

1. Андреев СИ. Мини-футбол. - М.: Физкультура и спорт, 1978.
2. Андреев СИ. Играйте в мини-футбол. - М.: Советский спорт, 1989.
3. Андреев СИ. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 1989.
4. Андреев С.Н., Левин В.С. Мини-футбол. Подготовка юных футболистов в спортивных школах и любительских командах. - Липецк: ГУ РОГ «Липецкая газета», 2004.
5. Байбородова Л.В., Бутин И.М., Леонтьева Т.Н., Масленников СМ. Методика обучения физической культуре: 2-22 классы: Методическое пособие. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004.
6. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. - М.: Физкультура и спорт, 1985.
7. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: Физкультура и спорт, 1988.
8. Видянкин М.В. Внеклассные мероприятия в средней школе. - Волгоград: Учитель, 2004.
9. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. - Киев: Олимпийская литература, 2002.
10. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.
11. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. - М.: Физкультура и спорт, 1982.
12. Спортивные игры. Техника, тактика обучения: Учеб. для студентов пед. вузов / Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - М.: АКАДЕМИЯ, 2002.
13. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под ред. А.П. Лаптева и А.А. Сучилина. - М.: Физкультура и спорт, 1983.
14. Источник: РАМФ. Правила игры в мини-футбол. - М, 1997.
15. Алиев, Э.Г. Программа мини-футбол (футзал) : утверждена Исполкомом АМФР от 22.02.2006 г., Исполкомом РФС от 02.03.2006 г. / Э.Г. Алиев, С.Н. Андреев, В.С. Левин ; МГАФК. – М. : [б.и.], 2006. – 222 с.

IV. Мониторинг образовательных результатов.

Мониторинг осуществляется с целью эффективности применения данной технологии инструктором по физической культуре, реализующим Программу в начале учебного года (сентябрь) и в конце учебного года (май).

Занятия по обучению детей игре в футбол направлены на укрепление здоровья и повышение уровня физических качеств детей. Развитие физических качеств – одна из важных сторон физического воспитания дошкольника. Для тестирования физических качеств используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме. **(Приложение 2)**

Способы определения результативности: текущее наблюдение, текущий контроль, контрольные занятия по разделам, промежуточная и итоговая аттестация.

Педагог на протяжении учебного процесса должен проводить контроль эффективности и результативности реализации образовательной программы на разных этапах обучения, согласно поставленным задачам, путем проверки ожидаемых результатов.

Для учебного года определены ожидаемые результаты. Для проверки данных результатов разработаны контрольно-измерительные материалы. Задания распределены в рамках текущего контроля, промежуточной аттестации и итогового контроля. Задания проводятся согласно календарно учебного графика.

Этапы контроля:

Текущий контроль успеваемости направлен на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения обучающегося к изучаемой программе, повышение уровня освоения текущего учебного материала. Текущий контроль осуществляется педагогом регулярно (по мере прохождения учебного материала), в рамках расписания занятий.

Промежуточная аттестация определяет успешность развития обучающегося и усвоение им дополнительной общеобразовательной программы на определённом этапе обучения. Промежуточная аттестация проводится в форме выполнения контрольных заданий, на контрольных занятиях.

Итоговая аттестация проводится в конце учебного года, определяет успешность усвоения дополнительной общеобразовательной программы согласно ожидаемым результатам текущего года обучения и проводится в форме итогового занятия.

В течение учебного года педагог систематически отслеживает достигнутые результаты, анализирует и планирует дальнейшую работу.

Приложение 2

Тестовые упражнения (нормативы)

№ п / п	Ф. И. ребенка	Скоростная направленность		Скоростно-силовая направленность		Гибкость		Координационная направленность				Балл								Общий балл		Рез-т					
		Бег 30 м		Прыжок в длину с места (см)		Наклоны туловища		Челночный бег 3x10 (сек)		Подбрасывание мяча 10 раз		30 м		Прыжок в длину		Наклоны туловища		3x10					подбрасывание мяча				
		нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	1	2	1	2	1	2	1	2		1	2	1	2	

Физическую подготовленность воспитанников определяю по следующим показателям:

- бег на 30 м
- прыжок в длину с места;
- челночный бег (3 по 10 метров);
- гибкость (наклон туловища вперед из положения сидя);
- подбрасывание и ловля мяча двумя руками.

Высокий уровень - 3 балла

Средний уровень - 2 балла

Низкий уровень - 1 балл

0 баллов — отказ от выполнения движения.

БЕСЕДЫ

1. Беседа: Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире.

- Ребята, сегодня мы поговорим об одной очень увлекательной игре, а о какой – попробуйте отгадать!

Знаю я секрет один:

Есть волшебный витамин.

Не едят его, не пьют,

А кидают, и бросают,

И ногами сильно бьют.

Что это за витамин? В какой игре его бьют ногами? Правильно: футбольный мяч! Вот он, какой пестрый и красивый!

Футбол – самая древняя игра. название этой игры происходит от двух английских слов: «фут» - ступня и «бол» - мяч, т. е. в этой игре по мячу бьют ногой.

В отличие от всех других видов спорта, футбол – самый консервативный. Правила игры за 200 лет почти не изменились. В них не было двух очень существенных положений, без которых современный футбол не мыслим: 11- метрового штрафного удара, называемого пенальти, и судьи в поле. В прежние времена он руководил действиями футболистов с трибуны.

А какие футбольные клубы в нашей стране вы знаете? Кто из наших футболистов известен всему миру? Да, это наш вратарь Лев Яшин.

В футбол любят играть не только мальчики, но и девочки. Сейчас во многих городах появляются женские футбольные команды. Взлетит и упадет на землю мяч. И снова взлетит... статистика утверждает, что в любую секунду дня на земном шаре в воздухе одновременно находятся пятьдесят таких мячей. И один из них ваш.

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

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

И снова мы спешим на стадион –

И никуда от этого не деться.

Кто магией футбола увлечен

Того не покидает детство.

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

Хотите поиграть? Начертите на асфальте большой круг. Возьмите мяч. А теперь постарайтесь ногой вести мяч по кругу, не сходя с линии. Мяч укатился далеко за круг? Не расстраивайтесь: у вас все впереди. Если хотите стать футболистами, вы должны научиться управлять мячом, а не мяч должен управлять вами. Помогут вам мои советы.

Перемещение игрока. Играя в футбол, вы должны уметь выполнять перемещения в виде ходьбы, медленного бега, бегать лицом и спиной вперед, приставными и скрестными шагами в сторону, прыгать, владеть своим телом, внезапно останавливаться и поворачиваться во время бега и на месте.

Удары по мячу. Ударами забивают мяч в ворота соперника, ударами же передают мяч партнеру, ведут мяч.

Футболисты применяют удары по мячу ногой и головой (в старшем возрасте).

Удар внутренней стороной стопы – самый точный из всех ударов. При ударе с места надо наклонить туловище над мячом, ногу отвести для замаха назад и затем внутренней стороной стопы ударить по мячу. Такой удар можно выполнить и с разбега. Чем ниже к мячу будет приложена сила удара, тем круче вверх он поднимется, и наоборот.

Если выполняется *удар подъемом* ноги, то по мячу можно ударить серединой, внутренней и внешней частью подъема.

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

Для удара внешней частью подъема нужно в момент замаха повернуть бьющую ногу носком внутрь.

Удар внутренней частью подъема – самый распространенный. Он выполняется так же, как и серединой подъема. Но в последний перед ударом момент надо развернуть носок ноги.

Удары могут выполняться по неподвижному мячу, катящемуся, летящему и отскочившему от земли мячу.

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

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

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

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

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

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

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

Чтобы *отобрать мяч*, нужно угадать намерение соперника, владеющего мячом, и послать ногу навстречу мячу. При этом старайтесь не толкнуть соперника, не ударить его по ноге.

Вбрасывание мяча. Если во время игры мяч ушел за линию поля, то выполняется вбрасывание мяча из-за боковой линии: взять мяч обеими руками; пальцы расставлены, ноги – в положении небольшого шага или параллельно; поднять мяч вверх, слегка прогнуться назад и потом быстро бросить его своему игроку, выпрямляя руки.

3. Беседа: Умейте нападать, умейте защищать! (техника игры в футбол).

- Вы уже многому научились из того, что должен уметь настоящий футболист. Попробуем поиграть!

В игре вы можете быть как нападающим, так и защитником.

Мяч у тебя или у игрока из твоей команды. Вы нападаете на ворота соперника. В этом случае, вы – нападающие. Ваша команда забьет гол в ворота, если вы будете *разыгрывать мяч*, т.е. передавать его друг другу, приближаясь к воротам соперника. Ура! Гол! Все получилось. Вы – настоящая команда. Теперь мяч переходит к команде, которой вы забили гол. Задача вашей команды – защищать свои ворота, чтобы вам не забили гол. Теперь ты и твоя команда – защитники. Попробуй отобрать мяч, не толкнув соперника. Если заметил, что мяч летит или катится к игроку – сопернику, который находится недалеко от тебя, попытайся перехватить, отобрать мяч, защитить свои ворота. Твои ворота и ворота соперника защищает вратарь. Это очень важный игрок в команде. Кроме владения основными приемами полевых игроков, он должен уметь ловить, отбивать, вводить мяч в игру. При ловле высоко летящего мяча в прыжке вратарь одновременно с прыжком поднимает вверх прямые руки с широко расставленными пальцами. Когда мяч коснется пальцев рук, вратарь обхватывает его и прижимает к груди.

Если мяч катится по земле на вратаря, то он должен согнуть ноги, наклониться и ловить мяч прямыми руками с обращенными вперед ладонями. Отбивают мяч в тех случаях, когда при попытке поймать его можно допустить ошибку. Отбивать лучше двумя кулаками, но, если это неудобно, можно и одним. Ввести мяч в игру можно броском: руками вверх, сбоку, снизу, а также ударом ноги. В ваши ворота забили гол. Поддержи вратаря, скажи ему что-нибудь ободряющее, чтобы он не пал духом.

Вы – одна команда! Вам так нравится эта удивительная игра – футбол!

4. Беседа: Простейшие правила игры.

- У каждой спортивной игры, будь то баскетбол, волейбол, теннис, бадминтон и др., есть свои правила. В футболе тоже есть правила, которые нужно знать.

Цель команды в игре – забить как можно больше мячей. Команда, которая забила больше мячей, считается победившей. Если не забито ни одного мяча или обе команды забили одинаковое число мячей, то игра закончена вничью.

В команде может играть по 5 – 8 человек и несколько запасных игроков, которые могут заменить кого-либо из основного состава в случае травмы. Одного из игроков команды, самого меткого, смелого, ловкого, выбирают капитаном. Каждая команда должна придумать себе название («Салют», «Спартак», «Динамо»). У игроков команд должна быть форма разного цвета (например, у одних – синие майки, у других – красные), чтобы не расшибиться при передаче мяча. Можно использовать и повязки разного цвета.

Перед началом игры проводится жеребьевка для выбора сторон поля и начального удара. Для этого можно использовать дощечку, окрашенную с одной стороны в красный, а с другой – в белый цвет. Судья ставит мяч на землю. По сигналу один из игроков в команды, начавший игру, бьет по мячу, направляя его в сторону противника. Вторично он не имеет права касаться мяча, пока не коснутся мяча другие игроки. Игроки команды соперников не должны находиться близко к центральному кругу – они стоят не ближе двух шагов от линии круга.

Мяч считается забитым в ворота, если он полностью прошел линию ворот и при этом никто из игроков забившей команды не нарушил правила. Вратарь должен находиться за линией ворот, в поле, а не на территории ворот.

Игроки имеют право вести мяч только ногами. Передавая мяч друг другу, вы должны забить его в ворота соперника.

Задача игроков противоположной команды – не пропустить противника к своим воротам и не дать ему забить мяч.

В футболе только вратарь имеет право брать мяч в руки – остальные полевые игроки играют ногами. Одна из команд забила мяч в ворота, значит, игра возобновляется игроком команды, в ворота которой был забит мяч.

Игра может длиться до 30 минут. Время игры делится на две половины, по 15 минут каждая, с 5-минутным перерывом. После перерыва команды меняются сторонами поля, а вторую половину игры будет начинать другая команда – не та, которая начинала игру.

По окончании игры поиграйте в малоподвижную игру, чтобы привести организм в более спокойное состояние.

Судья может менять игроков в течении всей игры: может заменить вратаря, уставшего или травмированного игрока. Судья может остановить игру, если игроки берут мяч в руки, толкаются, ведут себя недисциплинированно. Мяч при этом передается противоположной команде и вводится в игру с того места, где произошло нарушение. Если игроки обеих команд совершают нарушения одновременно, судья назначает и тем, и другим штрафной удар по неподвижному мячу (с места нарушения). Если игрок многократно нарушал правила игры, толкался, бил играющих по ногам, судья имеет право удалить его с поля, заменить другим игроком. Такое поведение в спорте называют «грубой игрой». Играйте дружно, поддерживайте друг друга! Помните: эта игра должна приносить радость и удовлетворение.

5. Беседа: Как избежать травматизма.

- Подготавливая место для игры, нужно осмотреть все вокруг, чтобы ничто не мешало участникам и не могло нанести им травмы.

Чтобы избежать травматизма:

- не играйте на проезжих дорогах. Игру проводите подальше от окон, клумб и грядок;

- обувь должна быть без каблуков, нетяжелой, чтобы в случае удара по ноге она не причинила боль игроку;

- в осеннее и весеннее время года одежда должна быть облегченной, удобной, не ограничивающей движения;

- учитывайте погодные условия: после дождя не стоит играть – пусть земля просохнет. Вот тогда и поиграете!

6. Беседа: Как достичь положительного результата.

- Футбол – игра коллективная. Успех в ней зависит от слаженности действий всей команды – эгоистам в футболе удача не сопутствует.

«Нужно... умерять всякую хвастливость, воспитывать уважение к силе противника, обращать внимание на организованность, дисциплину в команде. Нужно, наконец, добиваться спокойного отношения к удачам и неудачам...»

Эти слова великого педагога А.С.Макаренко как нельзя лучше отражают суть этой великолепной и увлекательной игры:

- Играйте честно, дружно, соблюдая установленные правила.

- Никогда не сердитесь, если в игре вас нечаянно толкнули или наступили на ногу.

- Не горячитесь! Проявляйте больше выдержки и смекалки.

- Играйте смело, с инициативой, согласуя действия с товарищами.

- Помните о законе всех игр: «Один за всех, и все – за одного».

Ставьте интересы команды выше своих – только тогда вы добьетесь положительного результата.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С МЯЧОМ

Для развития организма ребенка-дошкольника и его разнообразной двигательной деятельности большую важность представляют основные движения. Особое место среди них занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами разного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кисти, увеличивают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Игры с мячом пользуются у детей неизменной популярностью, и это неудивительно. Мяч (большой или маленький) требует проворных рук и повышенного внимания. Для детей мяч, этот круглый, легкий, упругий и привлекательный снаряд, нередко символизирует приобщение к спортивным играм – волейболу, баскетболу, футболу.

Горелки с мячом

Играющие размещаются так же, как и при игре в обыкновенные горелки, т.е. парами. В пяти шагах впереди от «горельщика» кладут на землю мяч. Как только последняя пара пробежит по сторонам колонны, составленной из пар, «горельщик» сейчас же хватается мяч и «салит» им одного из бегущих. «Осаленный» делается «горельщиком». Мяч снова кладут на место

Легучий мяч

Играющие встают в круг, водящий находится в середине круга. По сигналу дети начинают перебрасывать мяч друг другу через центр круга. Водящий старается задержать мяч, поймать его или коснуться рукой. Если ему это удалось, то он встает в круг, а тот, кем был брошен мяч, становится водящим. Водящий не может коснуться мяча, когда мяч находится в руках игрока.

Мяч с топотом

Участники игры делятся на две группы и встают друг против друга на расстоянии 4-6 м. На середину поля кладут любой предмет. Игру начинают по жребию первый игрок одной из команд. Он называет по имени игрока из второй команды, бросает ему мяч, быстро бежит на середину поля, останавливается у предмета, топает ногами и возвращается на место. В это время игрок, поймавший мяч, старается его осалить. Если он промахнется, то осаленный переходит во вторую группу.

Побеждает группа, в которой окажется больше детей.

Круг

Все играющие, кроме водящего, встают в круг и перебрасывают друг другу мяч, называя по имени того, кто должен его ловить. Водящий стоит в середине круга и старается ударить рукой по летящему мячу. Как только задержанный таким образом мяч упадет на землю, играющие разбегаются. Водящий быстро поднимает мяч и, крикнув «Стой!», старается запятнать кого-нибудь из игроков. Запятнанный становится водящим. Если же водящий промахнется, то снова идет в круг водить. Водящий задерживает только летящий мяч, пятнает детей с того места, где поднял мяч.

Мячи разные несем

Дети строятся в две шеренги у противоположных сторон площадки. У детей первой шеренги маленькие мячи. Дети второй шеренги поворачиваются спиной к стене. Первая

шеренга поднимает мячи и приближается ко второй. Инструктор (воспитатель) проговаривает:

Мы идем, идем, идем,
Разные мячи несем

Подойдя ко второй шеренге на расстояние двух шагов, дети с мячами останавливаются и кладут мячи на пол. Взрослый говорит:

У кого здесь мяч лежит,
Тот за нами не бежит,
А свой мячик поднимает
И скорее в нас бросает!

После этих слов дети первой шеренги быстро убегают на свои места, а дети второй шеренги поднимают мячи и бросают их в сторону убегающих. Дети, осаленные мячом, выбывают из игры, остальные продолжают игру, но шеренги меняются местами.

Зайчики

Водящий с мячом располагается в центре круга. Пока водящий ударяет мячом об пол, зайчата прыгают, резвятся, имитируя бодрое и веселое настроение. Как только водящий поднимает мяч над головой, играющие быстро приседают и принимают позу спящих. Водящий внимательно следит за спящими. Тот, кто не сохранит позы спящего, выходит в центр круга и становится водящим.

Наоборот

Дети встают в круг. В центре – ведущий с мячом в руках. Показывая движения или действия с мячом, он бросает его одному из игроков со словами: «Сделай наоборот!». Игрок, получивший мяч, должен выполнить противоположное движение и вернуть мяч ведущему (например, при подбросе ведущим мяча вверх – ударить об пол, при перебросе из руки в руку – покатить по полу, при приседании с мячом – подпрыгнуть). В конце игры отмечают дети, правильно выполнившие противоположные действия.

Колобок

Играющие делятся на две команды и строятся в колонны по 5-6 человек. В руках у капитанов команд по мячу-колобку. Хором дети проговаривают:

Наш веселый колобок

Покатился на лужок,
Кто быстрее его вернет,
Приз команде принесет.

С последним словом капитаны команд поднимают мяч над головой, прогибаются назад и передают его следующему игроку. Стоящие последними игроки команд бегут с мячом вперед и встают впереди своих команд. Игра продолжается до тех пор, пока первые игроки (капитаны) вновь не окажутся впереди. Условия игры: при передаче мяча ноги в коленях не сгибать, спина прямая. Игру можно проводить и из положения сидя, ноги скрестив, или сидя, ноги вытянув и раздвинув шире плеч.

Воевода

Играющие по кругу перекатывают мяч от одного к другому, произнося:

Катится яблоко в круг хоровода,
Кто его поднял, тот воевода...

Ребенок у которого в этот момент окажется мяч – воевода. Он говорит:

Я сегодня воевода.

Я бегу из хоровода

Бежит за кругом, кладет мяч на пол между двумя игроками. Дети хором говорят:

Раз, два, не воронь

И беги как огонь!

Игроки бегут по кругу в противоположные стороны, стараясь раньше напарника схватить мяч. Тот, кто первым добежал и схватил мяч, катит его по кругу. Игра продолжается.

Меткий стрелок

Выбранный по считалке водящий встает в центр круга с мячом в руках. Он бросает мяч игроку, стоящему в круге, называя его имя. Тот, кого назвали, ловит мяч и перебрасывает его обратно.

Неожиданно водящий подбрасывает мяч вверх. Подброшенный мяч – сигнал к тому, что дети должны разбежаться в заранее обозначенные кружки-домики, расположенные в 2-3 м от основного круга. Водящий, не выходя из круга, должен попасть в одного из игроков, находящегося в таком кружке-домике.

Игроки, стоящие в кружках, подпрыгивают, увертываются от мяча.

Игрок, стоящий в кружке и поймавший мяч, становится водящим.

Разноцветный мячик.

Дети хором читают стихи В.Суловой:

Разноцветный мячик

По дорожке скачет

По дорожке, по тропинке,

От березки до осинки,

От осинки – поворот,

Прямо к (Ване) в огород

Играющие, стоя по кругу, передают или перебрасывают друг другу мяч. Получивший мяч на слово «поворот» ударяет мячом об пол в ритм тексту последней строки, в которую вставляется имя держащего мяч, после чего все разбегаются, а игрок с мячом старается осалить, как можно больше ребят. Осаленные выбывают из игры. Через 1-2 минуты по сигналу взрослого игра прекращается. В конце игры подводятся итоги: кто из водящих осалил больше играющих.

Мячик кверху (русская народная игра)

Участники игры встают в круг, водящий идет в середину круга и бросает мяч со словами: «Мячик кверху!» Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стой!» Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Запятнанный становится водящим. Если же он промахнулся, то остается вновь водящим: идет в центр круга, бросает мяч кверху – игра продолжается.

Правила игры. Водящий бросает мяч как можно выше. Разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих после слова «Стой!» - продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего. Играющие, убегая от водящего, не должны прятаться за встречающиеся на пути предметы.

Лапта (русская народная игра)

Для игры нужны небольшой резиновый мяч и лапта – круглая палка (длиной 60 см, ручка толщиной 3 см, ширина основания 5 – 10 см). На площадке проводят две линии на расстоянии 20 м. С одной стороны площадки находится город, а с другой – кон. Участники игры делятся на две равные команды. По жребию игроки одной команды идут в город, а

другая команда водит. Команда города начинает игру. Метальщик лаптой забивает мяч, бежит через площадку за линию кона, бежит через площадку за линию кона и снова возвращается в город. Водящие ловят отбитый мяч и стараются запятнать бегущего. Они могут перебрасывать мяч друг другу, чтобы попасть в бегущего на более близком расстоянии. Если игрокам поля удастся запятнать бегущего на более близком расстоянии. Если игрокам поля удастся запятнать бегущего, они переходят в город. В ином случае игроки остаются на местах. Игра продолжается, мяч забивает второй игрок. По очереди все играющие бьющей команды выступают в роли метальщиков. Но не всегда игрокам удается сразу вернуться в город. В этом случае они ждут, что их выручат. Выручить может только тот, кто далеко отобьет мяч. Нередко случается и так, что тот, кто ударил по мячу, не смог сразу перебежать за линию кона. Он ждет, когда мяч забьет следующий игрок, - тогда за линию кона бегут два игрока. Может создаться более трудное положение, когда все игроки бьющей команды, кроме одного, находятся за линией кона, тогда игроку, который еще не бил, разрешают ударить трижды. Если он промахнется, то игроки уступают свое место водящим.

Правила игры. Подавальщики не должны переступать черту города. Тому, кто не может забить мяч лаптой, разрешается его бросать в поле рукой. Команда города переходит в поле, если все игроки проббили мяч, но никто не перебежал за линию кона.

Большой мяч (русская народная игра)

Для игры нужен большой мяч. Играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Он встает за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадает в круг, играющие опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середине встает тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется.

Правила игры. Играющие не берут в руки мяч в течении всей игры, они перекачивают его только ногами.

Блуждающий мяч

Все играющие, кроме водящего, встают в круг на расстоянии вытянутой руки. Они передают друг другу большой мяч. Водящий бегаёт вне круга, старается дотронуться до мяча рукой. Если это ему удалось, то он идет на место того игрока, в руках которого находится мяч, а играющий выходит за круг. Игра повторяется. Правила игры. Передавая мяч, играющие не должны сходить с места. Нельзя мяч передавать через одного, можно только рядом стоящему игроку. Водящему запрещается заходить в круг. Мяч можно передавать в любую сторону. Передача мяча начинается с того игрока, за которым стоит водящий перед началом игры. Играющий, уронивший мяч, становится водящим.

Играй, играй мяч не теряй

Дети произвольно располагаются на площадке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору. После сигнал все быстро поднимают мячи вверх. Опоздавшие получают штрафное очко. Игра повторяется несколько раз. Выигрывает тот, кто не имеет штрафных очков.

Перед началом игры напомнить детям движения с мячом, которые они могут выполнять. Например, бросать мяч вверх, вниз, в корзину, перебрасывать мяч друг другу, отбивать мяч на месте правой (левой) рукой и т.д.

Мяч по кругу

Дети делятся на несколько групп, расстояние между которыми 1,5 – 2 м. Каждая группа становится в круг. Дети бросают мяч друг другу, никого не пропуская. Выигрывает группа, в которой мяч меньше падал на пол.

Будь внимателен

Дети становятся в круг, водящий (взрослый) – в центре. Водящий бросает мяч игрокам (выборочно). Тот, кто не смог поймать мяч, получает штрафное очко. Перед началом игры детям напоминают, как надо принимать мяч.

Брось дальше

Дети (3-4) становятся у линии, начерченной на земле, и бросают мяч вперед. Воспитатель отметит, кто бросил дальше всех. Большой мяч дети бросают двумя руками из-за головы, маленький – сначала правой, а затем левой рукой.

Десять передач

Дети становятся парами, расстояние между игроками 1,5-2 м. У каждой пары – по мячу. По сигналу дети передают мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить на землю. Побеждает пара, быстрее всех сделавшая десять передач (без падения мяча), или та, которая дольше удержит мяч.

Вызови по имени

Дети делятся на 3-4 группы, каждая из них становится вокруг обруч. Один игрок группы встает в обруч, у него в руках мяч. Назвав по имени кого-то из играющих, он бросает мяч высоко вверх. Ребенок, чье имя назвали, должен успеть поймать мяч. После этого он меняется с водящим местами. Игра продолжается. (Перед игрой надо обратить внимание детей на то, что сначала произносят имя и лишь затем бросают мяч).

Сделай фигуру

Дети свободно располагаются на площадке, у каждого второго – мяч. Воспитатель говорит: «День», все свободно играют с мячом. Воспитатель считает: «Раз, два, три». На последний счет дети подбрасывают мячи вверх и ловят их после отскок от земли или на лету.

Играющие могут стоять по кругу в шеренге и бросать мячи через голову назад, прокатывать в разных направлениях.

Поймай мяч

Дети делятся по трое. Двое игроков становятся друг против друга на расстоянии 3-4 м и перебрасывают мяч. Третий ребенок встает между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться рукой. Если это ему удастся, он меняется местами с ребенком, бросившим мяч.

Перед броском дети могут выполнять дополнительные движения, например, вести мяч на месте или в движении, бросать его вверх, вниз и т. д.

У кого меньше мячей

Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет несколько мячей и располагается на своей половине площадки. Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 130-150 см. После сигнала воспитателя игроки перебрасывают мячи на площадку противника.

Выигрывает команда, у которой на площадке после второго свистка находится меньше мячей.

Ловишка в кругу

Дети становятся в круг, водящий - в центре. Дети перебрасывают мяч друг другу (через круг), водящий старается его поймать. Если водящий поймет мяч, он меняется местами с ребенком, который бросал мяч.

Мяч – водящему

Дети делятся на 4-5 групп, каждая образует свой круг. В центре круг – водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч игрокам и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков группы (1-3 раз), водящий поднимет его вверх. Побеждает команда, которая меньшее количество раз уронит мяч или быстрее закончит игру.

Стой!

Дети становятся в круг, водящий с мячом – в центре. Он подбрасывает мяч вверх и называет имя одного из игроков. Ребенок, чье имя прозвучало, бежит за мячом (остальные игроки разбегаются в разные стороны) и как только берет его в руки, дает команду: «Стой!» все играющие останавливаются и замирают. Игрок старается попасть мячом в кого-нибудь из них. Тот, в кого попали, становится водящим, игра продолжается.

Гонка мячей по кругу

Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друг. У игроков, оказавшихся на расстоянии вытянутой руки друг от друг. У игроков, оказавшихся в круге напротив друг друга, мячи разного цвета или размера. После сигнала воспитателя все начинают передавать мячи друг другу (в одном направлении), стараясь догнать другой мяч.

За мячом

Дети образуют несколько команд. Каждая команда делится на две команды, между которыми расстояние 2-3 м. Игрок, стоящий первым в одной из колонн – водящий. После сигнала он передает мяч первому игроку из второй колонны, а сам бежит в конец этой колонны. Ребенок, получивший мяч, также передает его игроку противоположной колонны и занимает место в конце этого ряда. Игра продолжается, пока все игроки вернуться на свои места, а мяч окажется у водящего.

(Чтобы дети правильно поняли, куда они должны встать после передачи мяча, педагог объясняет, что передвигаться нужно за мячом, по тому же направлению).

Охотники и звери

У двоих детей (охотники) в руках мячи. Все остальные игроки – звери. Одна половина площадки – лес, другая – поле. Охотники стоят в центре. Звери свободно бродят в лесу. По сигналу воспитателя «Охотники!» все бегут из лес в поле. Охотники стараются поймать зверей – попасть мячом. Тот, кого коснулся мяч, должен лечь на том месте, где его «осалили».

Мяч – противнику

Две группы детей располагаются в противоположных концах площадки. Между ними отмечается зона шириной 5-10 шагов, в центре которой – мяч. У каждого ребенка – по небольшому мячу. По сигналу воспитателя игроки обеих групп поочередно гонят мяч из зоны в сторону противник своими мячами.

Выигрывает группа, которая быстрее справилась с заданием.

Успей поймать мяч

Играющие становятся в 3-4 колонны у черты. Перед каждой колонной на расстоянии 2-2,5 м с мячом в руках встает водящий. По сигналу он бросает мяч игроку, стоящему первым, который, поймав мяч, возвращает его водящему и бежит в конец своей колонны. Второй игрок подходит к черте и тоже ловит мяч и т.д. игр продолжается до тех пор, пока первый игрок не займет снов место во главе колонны.

Побеждает команда, быстрее закончившая игру. (Если ребенок не поймал мяч, водящий подбирает его и бросает еще раз.)

Займи свободный кружок

Все дети, а исключением водящего, становятся в кружки (или обручи) диаметром 50 см, начерченные на земле в разных местах на расстоянии 1,5-2 м один от другого. Находящиеся в кружках перебрасывают мяч друг другу в разных направлениях. Водящий находится между игроками и старается поймать мяч на лету или коснуться его рукой. Когда водящему удается это сделать, воспитатель дает свисток. По свистку игроки меняются местами, водящий в это время старается встать в один из кружков. Кто не успеет занять место в кружке, становится водящим. Игра продолжается.

Число водящих и количество мячей может быть различным, в зависимости от умения детей бросать и ловить мяч.

Обгони мяч

В игре участвуют 2-4 команды. Игроки каждой команды становятся в круг, у одного из игроков (водящий) – мяч. После сигнала воспитателя водящий отдает мяч игроку, стоящему справа и бежит влево. Обежав круг, он возвращается на свое место. Ребенок, получивший мяч, так же передает его стоящему справа и т.д. (Второй игрок начинает движение, когда первый займет свое место.) игра продолжается до тех пор, пока все дети не обегут круг и мяч не возвратится к водящему. Выигрывает команда, быстрее закончившая игру.

Круговая лапта

Дети образуют две равные команды. Игроки первой команды выходят на середину площадки, игроки второй команды, разделившись поровну, встают по ее противоположным краям. Они перебрасывают мяч через площадку, стараясь коснуться им игроков, стоящих в центре (мяч можно ловить). Тот, в кого попал мяч, выходит из игры, поймавший мяч остается на площадке. Когда всех игроков «выбивают», команды меняются местами.

Побеждает команда, которая сумеет быстрее выполнить задание.

Мотоциклисты

На площадке размечается улица шириной 2-3 м и длиной 4-5 м. Все дети (мотоциклисты) свободно ведут рукой мячи по площадке. Посередине улицы стоит регулировщик (он регулирует движение зеленым и красным флажками). Доехавший до улицы мотоциклист останавливается, если регулировщик показывает красный флажок, но мотор не выключает – ведет мяч на месте. Если поднят зеленый флажок, мотоциклисты проезжают улицу без остановки – ведут мячи бегом. Движения на улице одностороннее. Через некоторое время игроки меняют руку.

Ловец с мячом

Дети с мячами свободно передвигаются по площадке, один из них – водящий. Его задача, ведя мяч правой рукой, левой коснуться кого-то из игроков. Если ему это удастся, «осаленный» становится водящим. Вначале роль водящего выполняет воспитатель, в дальнейшем – ребенок, хорошо владеющий мячом.

Вызовы по номерам

Дети делятся на несколько команд (по 4-5 человек). В команде дети рассчитываются по номерам и становятся в колонну друг за другом. Перед каждой колонной расставляют кегли (5-6) на расстоянии 1-2 м одна от другой. Воспитатель называет номер игроков (не по очереди). Ребенок, чей номер назван, ведет мяч, обходя первую кеглю справа, вторую слева и т.д. последнюю же кеглю обегает кругом и так же, бегом, возвращается обратно.

Выигрывает команда, быстрее закончившая игру и уронившая меньше кеглей.

Борьба за мяч

Дети делятся на две команды (надевают отличительные знаки). Каждая команда выбирает капитана. Воспитатель стоит в центре площадки, рядом с ним – капитаны. Он подбрасывает мяч, а капитаны стараются отбить его своим игрокам. Игрок, овладевший мячом, передает его своим партнерам, игроки другой команды стараются перехватить мяч. Команда, сделавшая 5 передач, получает очко. Выигрывает команда, набравшая большее количество очков.

Не разрешается бежать с мячом, его надо вести.

Мяч – ловцу

На площадке чертят три круга, один в другом – первый диаметром 1 м, второй – 3 м, третий – 5 м. В первый круг становится водящий (ловец), второй круг свободный, в третий – становятся защитники (4-6 человек). Остальные дети – игроки поля. Они ведут мяч, стараясь передать его ловцу. Защитники стараются им помешать. Если ловец поймает мяч, игроки меняются ролями: передавший мяч игрок становится ловцом, ловец – защитником, один из защитников переходит к игрокам поля.

Мяч капитану

Площадка разделена на две части. В игре участвуют две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок (или обруч), нарисованный у дальнего края чужой площадки. Дети бросают мяч своему капитану, противники стараются перехватить мяч и передать его своему капитану. Мяч можно вести одной рукой, передавать друг другу, но нельзя бежать с ним в руках.

Выгони мяч (русская народная игра)

На противоположных сторонах площадки отмечают две коновые линии. Расстояние между ними 5-10 м. Играющие делятся на две команды, встают друг против друга за линиями. По жребью одна из них начинает игру. Дети поочередно сильным ударом ноги посылают мяч в сторону своих противников. Те стараются не пропустить мяч за черту кона, отбивают его ногой. Если мяч не докатился до линии кона, то играющие передают его руками. Так мяч переходит от команды к команде, пока не пройдет за линию кона. Играющий, пропустивший мяч, штрафуются (сзади него кладут любой предмет). Выигрывает команда, набравшая меньшее количество штрафных очков.

Встречая мяч, играющий может выйти за коновую линию только на один шаг. Если мяч послан слабо и не докатился до кона, играющий также штрафуются.

Шлёпанки(русская народная игра)

Играющие встают в круг лицом к центру на расстоянии одного шага один от другого. Выбирается водящий. Водящий выходит в центр круга. Называет по имени одного из детей, бросает мяч о землю так, чтобы он отскочил в нужном направлении. Играющий, чье имя назвал водящий, ловит мяч и отбивает его (шлёпает ладонью). Число отбиваний мяча устанавливается по договоренности, но не более пяти. После отбиваний мяч перебрасывается водящему, и игра продолжается, пока кто-то из играющих не уронит мяч. В этом случае игра начинается сначала. Тот, кто уронил мяч, встает на место водящего. Отбивать мяч, нужно стоя на одном месте. Играющий встает на место водящего только в том случае, если он поднял мяч с земли.

Мяч (карельская народная игра).

Играющие делятся на две команды. Игроки одной команды рисуют для себя на площадке крепость – квадрат, каждая сторона которой равна пяти шагам. Игроки другой команды находятся в поле. Они подходят к крепости не ближе чем на пять шагов. У одного из нападающих в руках мяч. Он бросает его в защитников крепости. Тот, в кого попали,

поднимет мячик и бросает его в наступающих, те, в свою очередь, снова бросают мячик в защитников крепости. Промахнувшийся выбывает из игры.

Наступающие бросают мяч с определенного расстояния, не ближе. Они могут увертываться от мяча защитников только в пределах поля, защитники – в пределах крепости.

Круговой (мордовская народная игра).

Играющие чертят большой круг, делятся на две равные команды и договариваются, кто будет в кругу, кто за кругом. Те, кто остается за кругом, распределившись равномерно стараются попасть мячом в детей, находящихся в кругу. Если кому-либо в кругу удастся поймать мяч, он старается попасть им в любого ребенка за кругом. Если ему это удастся, то у него в запасе очко, если промахнется, то выходит из круга. Когда мяч запянтает всех детей, играющие меняются местами.

Мяч можно ловить лишь с воздуха, от земли не считается. Осаленные выходят из круга. Ребенок, поймавший мяч и попавший в игрока за кругом, остается в кругу.

Мяч по кругу (татарская народная игра)

Играющие, образуя круг, садятся. Водящий стоит за кругом. По сигналу водящий бросает мяч одному из игроков, сидящих в кругу, сам отходит. В это время мяч начинают перебрасывать по кругу от одного игрока к другому. Водящий бежит за мячом и старается поймать его на лету. Водящим становится тот игрок, от кого был пойман мяч.

Передача мяча выполняется путем броска с поворотом. Ловящий должен быть готов к приему мяча. При повторении игры мяч передается тому, кто остался вне игры.

Стрелок (башкирская народная игра).

Проводятся две параллельные линии на расстоянии 10-15м друг от друга. В середине между ними чертится круг диаметром 2м. один игрок-стрелок. Он с мячом в руках стоит в кругу. Остальные игроки начинают пробежку от одной линии к другой. Стрелок старается попасть в них мячом. Тот, в кого попал, становится стрелком.

В начале игры стрелком становится тот, кто после команды «Сесть!» присел последним. Момент броска мяча определяется самим стрелком. Мяч, брошенный мимо, игроки перебрасывают стрелку. Если игрок поймал мяч, брошенный в него, то это не считается попаданием.

Ручейки и озёра

Игроки стоят в пяти – семи колоннах с одинаковым количеством играющих в разных частях зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озёра!» игроки останавливаются, берутся за руки и строятся в круги – озёра. Выигрывают те дети, которые быстрее построят круг.

Правила игры. Бегать надо друг за другом, не выходя из своей колонны. Строится в круг можно только по сигналу.

Здравствуй, догони!

Игроки стоят парами лицом друг к другу в середине площадки. Затем пары образуют две шеренги, которые расходятся на расстояние десяти больших шагов от шнура. Встают за шнур - это дома. Каждый представитель первой шеренги идет в гости и подает правую руку тому, с кем он стоял в паре, говоря: «Здравствуй!» Ребенок-хозяин отвечает: «Здравствуй!» Гость говорит: «Догони!» - и бежит в свой дом, хозяин его догоняет до черты. Дети по очереди ходят друг к другу в гости.

Правила игры. Здороваться можно только правой рукой. Говорить «Догони» надо за чертой от игрокапартнера. Выигрывает тот, кто догонит. В гости можно идти по-разному: важно, не торопясь; радостно, вприпрыжку: идти, как солдаты в строю, как клоуны в цирке и т. д.

Отбивка оленей

Группа играющих находится внутри очерченного круга. Выбираются три пастуха, они за кругом - это олени. По сигналу «Раз, два, три - отбивку начни!» пастухи по очереди бросают мяч в оленей. Олень, в которого попал мяч, считается пойманным, отбитым от стада. Каждый пастух отбивает пять-шесть раз. После чего он подсчитывает отбитых оленей.

Правила игры. Бросать мяч можно только в ноги и только по сигналу. Стрелять надо с места в подвижную цель.

Волк и олени

На игровой площадке находятся две равные группы участников: девочки и мальчики. Ведущий подбрасывает мяч вверх. Если мяч поймают девочки, то они начинают перебрасывать мяч друг другу так, чтобы мячом не завладели мальчики, и, наоборот, если мяч окажется у мальчиков, они стараются не дать его девочкам. Выигрывает та команда, которая сможет дольше удержать мяч.

Правила игры. Передавая мяч, нельзя касаться руками игрока и долго задерживать мяч в руке.

Ловкий оленевод

В стороне на площадке ставится фигура оленя. Оленеводы располагаются шеренгой лицом к оленю на расстоянии 3—4 м от него. Поочередно они бросают в оленя мячом, стараясь попасть в него. За каждый удачный выстрел оленевод получает флажок. Выигравшим считается тот, кто большее число раз попадет в оленя.

Правила игры. Бросать мяч можно только с условного расстояния.

Анкета для родителей

«Знаниевый уровень в области физического воспитания в семье»

Уважаемые родители!

Оцените, пожалуйста, по пятибалльной системе Ваши знания и умения в области физического воспитания детей дошкольного возраста

Я знаю	Баллы	Я умею	Баллы
О том, как развивать у ребёнка основные движения: ходьбу, бег, прыжки, лазанье, метание		Учить ребёнка правильно ходить, бегать, прыгать, метать, лазать	

О том, как можно выполнять физические упражнения с мячом, обручем		Показывать упражнения с мячом, обручем. Выполнять утреннюю зарядку вместе с ребёнком	
С помощью каких физических упражнений развивать у ребёнка быстроту, силу, гибкость, ловкость		С помощью определённых физических упражнений развивать быстроту, силу, гибкость и ловкость	
Значение подвижной игры для ребёнка и то, как организовать подвижную игру для детей		Организовать подвижную игру	
О спортивных упражнениях		Учить ребёнка плавать, кататься на лыжах, коньках, велосипеде, санках	
О физических упражнениях, с помощью которых можно подготовить ребёнка к школе		Я умею показывать физические упражнения, с помощью которых можно подготовить ребёнка к школе	
О том, как создать физкультурный уголок в семье		Создать физкультурный уголок в домашних условиях	

Анкета для родителей.

1. В какие игры любит играть ваш ребенок?
2. Любит ли играть ребенок в мяч?
3. Какие мячи у вас есть дома?
4. Играет ли ребенок в мяч дома?
5. Играете вы с ребенком в мяч?
6. Нужно ли родителям играть в мяч с ребенком?
7. Какие игры с мячом знает ваш ребенок?
8. Что развивают игры с мячом?

Анкета для родителей с целью определения компетентности в области физкультурно-оздоровительной деятельности

Уважаемые родители!

В целях повышения качества физкультурно-оздоровительной деятельности нашего дошкольного учреждения просим Вас ответить на вопросы (подчеркните ответ). Спасибо!

1. Знакомы ли Вы с возрастными особенностями физического развития вашего ребёнка?

Да нет мне это не нужно

2. Знаете ли Вы, как оценить качество движений ребёнка

Да нет мне это не нужно

3. Считаете ли необходимым удовлетворять потребности своего ребёнка в движении?

Да нет не знаю

4. Считаете ли необходимым создавать в семье условия для физкультурно-оздоровительной деятельности вашего ребёнка?

Да нет не знаю что это такое

5. Для чего, по Вашему мнению, необходимо заниматься физкультурно-оздоровительной деятельностью? _____

6. Испытываете ли вы потребности в обогащении знаний в области физкультурно-оздоровительной деятельности?

Да нет мне это не нужно

7. Поощряете ли Вы физкультурно-оздоровительную активность ребёнка?

Да нет мне это не нужно поощряю умственную деятельность

8. Как Вы предпочитаете отдыхать? (укажите) _____

9. Вы всегда правильно реагируете на двигательную активность ребёнка (прыжки, лазание, бег и др.)?

Да нет не знаю

10. Представляете ли вы перспективы физического развития Вашего ребёнка?

Да нет мне это не нужно

11. Применяете ли Вы имеющиеся знания о физическом воспитании к ребёнку?

Да всегда выборочно никогда

12. Общаетесь ли Вы с ребёнком на равных при организации и проведении физкультурно-оздоровительной деятельности?

Да нет не всегда

13. При необходимости умеете ли вовлечь ребёнка в оценку выполненного им движения?

Да нет мне это не нужно

14. В Вашей семье созданы все условия для полноценного физического воспитания ребёнка?

Да нет не хватает времени не хватает средств.