

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета
протокол № 1 от «28» августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад № 17»
№ 38-АХ от «31» августа 2026 г.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 15FE5374D2A094699078E6171CA7192E
Владелец: Кочнева Ольга Ивановна
Действителен: с 23.12.2025 до 18.03.2027

Программа дополнительного образования
"Школа мяча"
для обучения игре мини-футбол детей
старшего дошкольного возраста(5-7 лет)
(срок реализации программы 8 месяцев)

Составитель:

Инструктор по физической культуре
Чистякова Т.Ю.

Содержание

Наименование	Стр.
1. Пояснительная записка	3
2. Учебный план	10
3. Содержание учебного плана	14
4. Календарный учебный график	33
5. Оценочный материал	34
6. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	35
7. Материально-техническое обеспечение	36
Список литературы	38

1. Пояснительная записка

Физическое воспитание играет главную роль во всестороннем развитии современного дошкольника. Дошкольный возраст — это время, когда закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни.

По мнению крупного российского специалиста в области теории физической культуры В.К. Бальсевича, основы физического и психического здоровья закладываются в дошкольном возрасте. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на данном этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков, касающихся здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях.

Важное место во всестороннем физическом развитии детей занимают спортивные упражнения с элементами спортивных игр. В этом контексте на базе МБДОУ «Детский сад № 17» было принято решение открыть дополнительную образовательную услугу по направлению мини-футбол. Футбол - спортивная игра, динамичность, эмоциональность, разнообразие действий в которой привлекают детей старшего дошкольного возраста, формируя интерес и увлечённость. Футбол – игра с мячом. В играх и действиях с мячом дошкольники совершенствуют навыки основных движений. Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации и способах проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребёнка. Разнообразные спортивные упражнения позволяют всесторонне воздействовать на мышечную систему детей, укреплять их костный аппарат, развивать дыхательную и сердечно-сосудистую системы, регулировать обмен веществ, усиливая его функциональный эффект.

Футбол – игра коллективная, а в играх коллективного характера нередко возникают конфликты, споры между детьми, разрешать которые они будут учиться также в ходе игр. Игры и упражнения с мячом развивают навыки поведения ребёнка в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Элементы спорта значительно помогают повысить функциональные возможности детского организма, а также способствуют укреплению здоровья детей в целом.

Актуальность программы обуславливается тем, что физические и нравственные качества, а также двигательные навыки, сформированные у детей до семи лет, составляют фундамент для их дальнейшего совершенствования в жизни, облегчают овладение более сложными видами движений, позволяют впоследствии достигать высоких результатов не только в спорте, но и в других сферах деятельности.

Направленность программы:

- По содержанию – физкультурно-оздоровительное воспитание.
- По функциональному предназначению – дополнительное образование.
- По форме организации – кружковая работа.

Программа разработана с учётом новых требований к организации воспитательно-образовательного процесса, которые отражены в **нормативных документах:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил» СП 2.4.3648-20).

- Устав МБДОУ «Детский сад №17»;

- Образовательная программа МБДОУ «Детский сад №17».

Цель программы: создание условий для обучения навыкам игры в футбол и развития активных двигательных способностей и психических качеств детей старшего дошкольного возраста.

Обучение дошкольников, занимающихся в кружке мини-футбола, составляет единый педагогический процесс, **задачами** которого являются:

- формировать мотивацию вести здоровый образ жизни;
- содействовать всестороннему и гармоничному развитию личности ребёнка;
- воспитывать физические качества обучающихся;
- дать первоначальные знания в области мини- футбола;
- обучать технико-тактическим приемам игры на основе базовых элементов;
- развивать физические качества дошкольников;
- укреплять здоровье детей дошкольного возраста за счет повышения их двигательной активности;
- создавать условия для развития психических процессов (память, мышление, внимание, воображение) в ходе двигательной активности детей;
- побуждать к самостоятельным занятиям различными видами двигательной активности;
- создавать условия для формирования целеустремленности, желания преодолевать трудности;

- воспитывать эмоционально – ценностное отношение к окружающей действительности;
- давать первоначальные знания в области мини-футбола;
- обучить технико – тактическим приемам игры на основе базовых элементов;
- развивать двигательные навыки.

Принципы и подходы к реализации Программы

Данная программа построена с учетом основополагающих принципов здоровьесбережения детей дошкольного возраста:

- ***принцип сознательности*** – нацеливает детей на формирование понимания, интереса, осмысленного отношения к двигательной деятельности. Повышение сознательности способствует применению педагогом методических приемов, решающих проблемы здоровьесберегающих технологий педагогики оздоровления.

- ***принцип систематичности и последовательности*** проявляется во взаимосвязи знаний, умений и навыков игры в мини-футбол. Регулярность, планомерность, непрерывность в педагогическом процессе на протяжении всего периода обучения игре.

- ***принцип постепенности*** предполагает преемственность ступеней обучения ребенка игре в мини-футбол.

- ***принцип индивидуализации*** – осуществление индивидуального подхода к обучению на основе здоровьесберегающих технологий.

- ***принцип непрерывности*** - построение целостного педагогического процесса с учётом всех его закономерностей.

- ***принцип цикличности*** - упорядочение процесса обучения, повторяющаяся последовательность занятий, помогающая подготовить ребенка к каждому последующему этапу обучения.

- ***принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей*** детей является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе обучения.

- *принцип активности* предполагает у детей степень подвижности, самостоятельности инициативы и творчества в процессе построения игры в мини-футбол.

- *принцип всестороннего и гармоничного развития личности* – развитие всех психофизических способностей, знаний, умений и навыков, необходимых для игры в мини-футбол.

Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей седьмого года жизни.

Особенности осуществления образовательного процесса

Название дошкольного образовательного учреждения (в соответствии с Уставом): Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 17».

Официальное сокращенное наименование учреждения: МБДОУ «Детский сад № 17».

Организационно-правовая форма: учреждение.

Место нахождения учреждения: Нижегородская область, г. Балахна, ул. Терешковой, д.1.

Почтовый адрес: 606408, Нижегородская область, г. Балахна, ул. Терешковой, д.1.

Контактный тел./факс: 8(83144) 9 – 72 – 04, тел. 8 (83144) 9 – 73 – 01, e-mail: detsad17@kis.ru, сайт: <http://mdoul7balakhna.edusite.ru/>, Вк: <https://vk.com/public214792609>

Учреждение осуществляет свою образовательную, правовую, хозяйственную деятельность на основе законодательных нормативных документов:

- Устава, утвержденного Постановлением Администрации города Балахна от 17.12.2015 года.
- Лицензия на право осуществления образовательной деятельности (бессрочно): Серия 52Л01 № 0004278 от 24 марта 2017 года.

- Лицензия на право осуществления дополнительного образования: Рег. №ЛО35-01281-52/00278292 от 28.12.2022 г.

Взаимодействие с социумом (ФОК и ЦРБ)

Взаимодействие учреждений разных типов и видов имеет огромное значение для удовлетворения разнообразных потребностей в дошкольном учреждении. При этом взаимодействующие организации взаимообогащают деятельность друг друга, имеют возможность обмена педагогическим опытом и развития кадрового потенциала Учреждения.

В детском саду сложилась определённая система сетевого взаимодействия образовательных учреждений. Учреждение ежегодно заключает договор о сотрудничестве с учреждениями:

- ГБУЗ НО «Балахнинская ЦРБ». Цель взаимодействия - обеспечение прав детей на охрану здоровья в порядке, установленном законодательством РФ. Средствами обеспечения преемственности являются профилактические, оздоровительно-восстановительные меры, включающие в себя вакцинопрофилактику плановую и по эпидемическим показаниям, лечебно-оздоровительную работу, диспансерное наблюдение, профилактические осмотры.
- ГБУ ФОК «Олимпийский». Цель взаимодействия позволяет использовать максимум возможностей для развития интересов детей, решать многие образовательные и оздоровительные задачи, тем самым, повышая качество образовательных услуг и уровень реализации стандартов дошкольного образования.

Данное взаимодействие позволяет эффективно внедрять ФГОС ДО и повышать его качество.

Возрастные особенности физического развития детей 5-7 лет.

У детей седьмого года жизни завершатся процесс формирования скелетной мускулатуры, увеличивается длина верхних и нижних конечностей, происходит окостенение позвоночника.

Пока ещё относительно слабо развиты мелкие мышцы шеи, груди, поясницы, кистей рук, мелкие связки и мышцы позвоночника, что создаёт предпосылки для различных деформаций позвоночника при неблагоприятных условиях.

Отмечаются высокие темпы прироста показателей, характеризующих быстроту движений и скорость реакции. К семи годам отмечается значительный прирост физической работоспособности и выносливости.

У детей появляется отчётливое желание достичь положительного результата, а также осознанное отношение к качеству выполнения упражнений. В результате успешного достижения цели и преодоления трудностей дети способны получать так называемую «мышечную радость» и удовлетворение.

Дошкольникам седьмого года жизни свойственен широкий круг специальных знаний, умение анализировать свои действия, изменять и перестраивать их в зависимости от ситуации и получаемого результата. Всё это содействует увеличению двигательной активности детей, проявлению инициативы, выдержки, настойчивости, решительности и смелости.

У большинства девочек и мальчиков в этом возрасте появляется устойчивое стремление к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях. К семи годам появляется достаточно устойчивый интерес к спортивным играм и упражнениям. С взрослыми и сверстниками устанавливаются отношения сотрудничества и партнёрства.

Планируемые результаты освоения Программы:

- улучшение здоровья детей и гармонизация их физического развития;
- получение первоначальных знаний в области мини-футбола, овладевают технико-тактическими приёмами игры на основе базовых элементов;
- повышение уровня сформированности основных физических качеств, таких как скорость, сила, ловкость, выносливость, а также координационных способностей и глазомера.

2. Учебный план

Программа состоит из 4-х этапов:

1) Теоретическая подготовка:

- значение занятий физкультурой и спортом в жизни человека;
- влияние физических упражнений на организм человека, тренировка как процесс совершенствования функций организма;
- гигиена, врачебный контроль и самоконтроль, режим дня и питания, профилактика травматизма;
- техника безопасности на занятиях и оказание первой медицинской помощи;
- основы и методы техники и тактики игры в футбол,
- правила игры, организация соревнований;
- оборудование и инвентарь, роль специального оборудования в повышении эффективности тренировочного процесса;
- установка на игры и их разбор, индивидуальные и командные действия в процессе соревнований и контрольных игр.

2) Общая физическая подготовка:

- комплексные занятия с набором упражнений для развития физических качеств (выносливость, настойчивость, воля, быстрота, сила, ловкость и т.д.), необходимых для успешной игры в футбол;
- развитие физических качеств с применением различных предметов: набивные мячи, скакалка, футбольные мячи, тренажеры и т. д.;
- легкоатлетические упражнения: эстафеты, челночный бег, бег 15, 30, 250, 1500 метров, кросс 500 до 2 000 метров, метание, прыжки в высоту и длину с места;
- гимнастические и акробатические упражнения;
- упражнения для развития подвижности в суставах, упражнения развивающие вестибулярную устойчивость и т.д.

3) Специальная физическая подготовка:

- развитие специальных физических способностей, необходимых при совершенствовании техники и тактики игры;

- упражнения для развития футбольной скорости и ловкости, быстроты зрительно-двигательной реакции на мяч, скорости перемещения и ориентации на поле;
- развитие взрывной силы, выносливости и целеустремленность в атаке и отборе мяча;
- развитие и совершенствование стартовой скорости с изменением направления движения, скоростная обводка препятствий;
- специальные физические упражнения для развития прыгучести, прыжки в длину и в высоту;
- акробатические упражнения при отборе мяча и ударах по воротам.

4) Техническая и тактическая подготовка:

- обучение технике игры без мяча: обычный бег, бег спиной вперед, бег скрестным и приставным шагом, прыжки толчком одной и двумя ногами, остановка прыжком и выпадом, повороты на месте и в движении переступанием и прыжком;
- обучение технике владения мячом: удары по мячу ногой и головой, остановка и обработка мяча, ведения мяча, вбрасывание и техника игры вратаря;
- обучение ударам по мячу ногами: внутренней и внешней стороной стопы, серединой, внутренней и внешней частью подъема, носком, пяткой;
- обучение ударам по мячу головой: удар, выполняемый активным движением туловища; удар, выполняемый кивком. Они выполняются стоя, в прыжке вверх, в прыжке вперед с нападением;
- обучение остановке и обработке мяча: остановка мяча грудью, остановка мяча бедром, остановка мяча внутренней и внешней частью стопы, остановка поднимающегося мяча внутренней частью стопы, остановка мяча в передвижении;
- обучение ведению мяча: ведение мяча шаговыми ударными движениями внутренней и внешней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема, носком;

- обучение финтам: финт «наступление подошвой на мяч», «ложная остановка мяча подошвой», «проброс мяча мимо соперника», «ложный замах для удара», убиение мяча внутренней частью подъема», «переступание через мяч»;
- обучение отбору мяча: в выпаде, толчком плеча;
- обучение введению мяча в игру;
- обучение технике игры вратаря: основная стойка, ловля мяча снизу, сверху, с боку, в падении, отбивание мяча, перевод мяча, бросок и выбивание мяча.

Срок реализации программы – октябрь – май.

Состав группы детей – 10-15 человек старшего дошкольного возраста.

Дети принимаются в группу в соответствии с рекомендацией врача педиатра.

Периодичность занятий – два раза в неделю.

Длительность 1 занятия – 30 минут.

Форма обучения – групповые учебно-тренировочные занятия.

Форма подведения итогов - фотовыставка, районные соревнования по мини – футболу.

Форма контроля – педагогическое наблюдение, медицинский контроль, тестовые задания.

Структура занятий

Каждое из занятий состоит из трёх частей: вводной (3-5 минут), основной (20 – 25 минут), и заключительной (3 – 5 минут).

Вводная часть включает 1-2 упражнения с мячом игрового характера. А также упражнения динамического характера (различные виды ходьбы, бега, прыжков) и упражнения в организационных действиях (построения, перестроения). Основная задача вводной части – создание общего настроения детей на занятия физическими упражнениями.

Основная часть отводится на подвижные игры, упражнения с элементами соревнований, обеспечивающие высокую двигательную активность. Это могут быть упражнения, подготавливающие к обучению технике приёма мяча, ведения мяча или удара по воротам и т.п. В этой части

формируются навыки действия с мячом, умение применять их в игровых ситуациях.

Заключительная часть является основой для достижения спокойного состояния организма ребёнка с сохранением бодрого настроения. В этой части проводится малоподвижная игра или игровое упражнение с мячами или без них.

На занятиях дети получают:

- теоретические знания – история развития физической культуры и спорта, гигиенические знания и умения, краткие сведения о строении и функциях организма, основная терминология футбола.
- практические умения и навыки – техника выполнения основных движений, элементы футбола, комплексы игр, контрольные упражнения.
- организационные навыки - применение строевых упражнений, проведение подвижных игр, командное взаимодействие.

Описание форм, способов и методов реализации Программы

В основе реализации программы используются следующие *методы* работы с дошкольниками:

- словесный,
- наглядного воздействия,
- игровой метод,
- соревновательный метод,
- метод строго регламентированного упражнения.

Педагогические средства и методы программы направлены на то, чтобы каждый ребёнок нашёл себя в движениях, соответствующих его двигательным задаткам и умениям, что поможет ему самостоятельно и с чувством удовлетворения поддерживать интерес к игре в мини-футбол.

Обучение детей тесно связано с их физическим и психологическим состоянием, поэтому в процессе занятий большое внимание должно уделяться формированию у дошкольников положительной устойчивой мотивации к физическим упражнениям и к игре в мини - футбол. Данные

занятия будут способствовать выработке потребностей организма в систематической целенаправленной двигательной деятельности.

3. Содержание учебного плана

При планировании программного материала упражнения подбираются в зависимости от общей и специальной физической подготовленности, пола и возраста детей.

Основные усилия педагога должны быть направлены на физическую подготовку, развитие силовых, скоростных качеств, ловкости и внимания. Для выработки этих качеств можно использовать специальные комплексы упражнений, в которые входят общеразвивающие и специальные упражнения, а также упражнения на расслабление. Для развития основных физических качеств также широко используются подвижные и спортивные игры.

Во время занятий следует постоянно следить за осанкой детей, правильным дыханием, признаками утомления, поддерживать их положительные эмоции.

Не стоит забывать, что педагог, работающий с детьми, оказывает на них огромное влияние.

Хорошо, если педагог:

- работает с детьми с удовольствием, внимателен и сердечен по отношению к каждому ребёнку;
- даёт знания, соответствующие возможностям детей;
- стимулирует прогресс каждого ребёнка, вселяет в него уверенность, чаще хвалит, чем порицает;
- прослушивается к мнению детей;
- фокусирует внимание на успешных действиях, а не на ошибках ребёнка;
- умеет утешать ребёнка в случае неудачи.

Педагогу не следует:

- проявлять любые виды агрессии;

- давать задания, слишком сложные для детей данного возраста;
- повторять одно упражнение слишком долго;
- постоянно или слишком часто прерывать игру;
- критиковать одного из детей перед всем коллективом;
- давать слишком много объяснений.

Месяц	Задачи	Оборудование и инструктаж	Практическая подготовка
Октябрь	1-2 занятие задачи - учить технике выполнения удара по неподвижному мячу в стену с расстояния 2,5-3.5 метра и с разбега - учить касаться носком центра мяча, лежащего неподвижно - совершенствовать технику бега с прыжком в высоту в упражнении «Дотронься до колокольчика»	Мячи диаметр - 20 см по количеству детей, веревка с колокольчиком, сетка для игры в волейбол.	1-2 занятие Вводная часть: Ходьба, высоко поднимая колени, мяч за головой, за спиной, захлест голени назад; на носках. Пятках, внешней стороне стопы Бег - три свистка для перестроения в колонну, по сигналу – бег с прыжками в высоту. Основная часть: ОРУ: с мячом Е.Ф. Желобкович Стр.12 Упражнения в футбольной технике: 1. по команде касаться по мячу, лежащему неподвижно 6-7 касаний. 2. удар носком по неподвижному мячу в стену с расстояния 2,5-3.5 метра и с места 4-6 ударов. 3. удар носком по неподвижному мячу в стену с расстояния 2,5-3.5 метра и с разбега. Упражнение «Дотронься до колокольчика» 4-6 ударов. Подвижные игры: «У кого меньше мячей» (Е.Ф. Желобкович стр. 14) Заключительная часть: Игра-импровизация «Клоун с мячом»
	3-4 занятие Задачи: -учить технике выполнения удара по мячу носком ноги в ворота шириной 2-2,5	Мячи диаметр 20 см по количеству детей, ворота, сетка для игры в волейбол, ориентиры для эстафеты (стойки)	3-4 занятие Вводная часть: Ходьба (высоко поднимая колени, мяч за головой, мяч за спиной, захлест голени назад; на носках, пятках, внешней стороне стопы.

	метра с расстояния 3-4 м с места; -учить технике выполнения передачи мяча друг другу в паре (тройке) с места, а затем с разбега; -закреплять технику выполнения удара по неподвижному мячу в стену с расстояния 2,5-3,5 м с места; -закреплять технику касания носком центра мяча, лежащего неподвижно; -совершенствовать навыки, необходимые во вратарской технике: перебрасывание мяча руками друг другу, стоя в паре (в тройке) на расстоянии 2-3 м; -совершенствовать технику подбрасывания и ловли мяча двумя руками, стоя с продвижением вперед. 5- 6 занятие Задачи: -закреплять технику выполнения удара по мячу носком ноги в ворота шириной 2-2,5 метра с расстояния 3-4 м с места; -закреплять технику выполнения передачи мяча друг другу в паре (тройке) с места; -учить выполнять 5-6 ударов подряд с	Мячи диаметр 20 см по количеству детей, ворота, сетка для игры в волейбол, ориентиры для эстафеты (стойки)	Бег: в рассыпную Ходьба с передачей мяча подколеном. Бег с высоким подниманием бедра. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: с мячом (Е.Ф. Желобкович Стр.12) Упражнения в футбольной технике: 1. удар носком ноги по неподвижному мячу в стену с расстояния 2,5-3,5 метра с места 2.удар по мячу носком ноги в ворота. 3.передача мяча друг от друга в паре (тройке) с места 4. подбрасывание и ловля мяча, продвигаясь вперед, затем назад. Подвижная игра: «10 передач» Дыхательные упражнения. Игра «Коснись мяча»- касание центра мяча по команде. Заключительная часть: По команде касаться носком центра мяча, лежащего неподвижно. 5-6 занятие Вводная часть: Ходьба (высоко поднимая колени, мяч за головой, мяч за спиной, захлест голени назад; на носках, пятках, внешней стороне стопы. Бег: в рассыпную. Ходьба с передачей мяча под коленом. Бег с высоким подниманием бедра. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ с мячом (Е.Ф. Желобкович Стр.12) Упражнения в футбольной технике: 1.эстафета
--	---	---	---

	места носком ноги на точность в уменьшенные ворота (1,5-1.7м) без вратаря; -совершенствовать навыки, необходимые во вратарской технике: -перебрасывание мяча руками друг другу, в тройке, на расстоянии 2-3 м; -совершенствовать технику перебрасывания мяча руками друг другу через сетку, натянутую выше роста детей на 20 см; -развивать быстроту реакции и ловкость при передаче мяча в игровом упражнении «Горячая картошка» 7-8 занятие Задачи: -закреплять умение выполнять 5-6 ударов подряд с места носком ноги на точность в уменьшенные ворота (1,5-1,7 м) без вратаря; -учить технике выполнения удара мяча пяткой; -совершенствовать технику бросания мяча двумя руками из-за головы -совершенствовать технику удара носком ноги в ворота с расстояния 3-4 м с места и с разбега.	Мячи диаметр 20 см по количеству детей, ворота	-отбивание мяча рукой от пола с продвижением вперед до ориентира; -удар по мячу носком ноги в ворота; -обратно бег с мячом в руках. 2.удар ноги на точность в уменьшенные ворота без вратаря 3.«Горячая картошка»-перебрасывание мяча друг другу, в тройке на расстоянии 2-3 м. Игра: «У кого меньше мячей» Заключительная часть: Передача мяча носком друг другу, стоя в паре (расстояние в паре до 2 м) 7-8 занятие Вводная часть: Передача мяча носком друг другу, стоя в паре (расстояние в паре до 2 м). Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ с мячом (Е.Ф. Желобкович Стр.12) Упражнения в футбольной технике: 1.Игровое задание «Снайпер» С 5-6 попыток подряд выполнить удар носком ноги с расстояния 3-4 метра с места на точность в уменьшенные ворота (1,-1,7) без вратаря. 2.подбежка с расстояния 2-3 м к 5-6 мячам, лежащим на одной линии, выполнить поочередно удары по ним. 3.удар пяткой по неподвижно лежащему мячу в ворота шириной 2, 5 метра с расстояния 2,5-3 метра
--	---	---	---

			Подвижная игра «мяч в ворота» Заключительная часть: Упражнение «Вертись мячик» (Е.Ф. Желобкович стр. 20)
Ноябрь	1-2 занятие Задачи: -закреплять технику выполнения удара по мячу пяткой; -учить технике выполнения передачи мяча в паре, ударяя пяткой (расстояние между партнерами 2-2,5м); -учить технике выполнения передачи мяча пяткой, стоя по обе стороны дуги (ворот) -совершенствовать технику выполнения передачи мяча носком ноги друг другу; -совершенствовать технику выполнения броска мяча из-за плеча.	Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Страховка и самостраховка. Разбор и изучение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Значение правильного режима для юного спортсмена. -Мячи по количеству детей.	1-2 занятие Вводная часть: Ходьба в колонне по одному: с высоким подниманием колен; «змейкой»; по канату; спиной вперед; Бег: со сменой направляющего; с ускорением; с ускорением и замедлением темпа по сигналу. Дыхательные упражнения Основная часть: ОРУ с мячом Е.Ф. Желобкович (стр. 12) Дыхательные упражнения Упражнения в футбольной технике: 1.удар в ворота по неподвижному мячу пяткой с места 2.передача мяча в паре, ударяя пяткой (расстояние между партнерами – 2-2,5 метра) Усложнение: передача мяча пяткой, стоя по обе стороны ворот 3.игровое упражнение в паре: игроки стоят на расстоянии 3-4 м друг от друга. Мяч один на двоих. Один игрок бросает другому игроку мяч из-за плеча правой (левой) рукой. Другой игрок возвращает мяч, ударяя по мячу носком ноги. Потом игроки меняются ролями. Подвижная игра: «Уголек» В центре круга стоит водящий (взрослый), который делает передачу мяча одному из игроков. Игрок, не оставляя мяч, отбивает. Направляя в сторону взрослого. Дети стоят на расстоянии 1 м друг от друга. Заключительная часть: Ходьба в рассыпную, с перекатом с пятки на носок, помогая взмахом рук, чередуя с обычной ходьбой.
	3-4 занятие	Мячи дм-20 см;	3-4 занятие

Задачи: -закреплять технику выполнения удара по мячу пяткой; -учить технике выполнения передачи мяча пяткой, стоя по обе стороны дуги (ворот); -учить имитационному удару по мячу серединой подъема; -учить технике выполнения удара с места (с разбега) по неподвижному мячу в стену с расстояния 3-4 м с постепенным увеличением силы удара; -совершенствовать передачу мяча назад между ногами; -совершенствовать технику выполнения удара в ворота носком ноги.	дуги -одна для пары.	Водная часть: Ходьба: на пятках, на носках; в полуприседе; спиной вперед; Бег - подвижная игра «Ловишка» Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ с мячами, (Е.Ф. Желобкович стр.23) Дыхательные упражнения Упражнения в футбольной технике: 1. передача мяча в паре, ударя пяткой. 2.иммитационный удар по мячу серединой подъема. 3. удар с места по неподвижному мячу в стену с расстояния 3-4 м с постепенным увеличением силы удара; дети стоят в двух шеренгах спиной друг к другу. Расстояние между шеренгами 2 метра. 4. совершенствовать передачу мяча назад между ногами. Команды выстраиваются колоннами. У первых игроков по мячу. По сигналу мяч передается прямыми руками между ногами стоящему сзади. Тот - следующему, и так до последнего игрока в колонне. Эстафета «Забей в ворота гол». -бег до ориентира с мячом в руках; -от ориентира выполнить удар носком ноги с места мячом в ворота; -бег с мячом в руках обратно. Дыхательные упражнения. Заключительная часть: Упражнение «Художник» - кто быстрее, сидя на полу, «Нарисует» в воздухе круг мячом, зажатым между ногами.
5-6 занятие Задачи: -закрепить технику выполнения удара с места по неподвижному мячу серединой подъема;	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, кегли-5-6 штук, ориентиры для ворот шириной 2-2,5 м, шнур со	5-6 занятие Водная часть: Ходьба: на пятках; скрестным шагом; в полуприседе; обычная с заданием: по сигналу остановиться и выполнить по 3 имитационных удара серединой

-закрепить технику выполнения удара с места (с разбега) по неподвижному мячу в стену с расстояния 3-4 м с постепенным увеличением силы удара; - закрепить технику выполнения удара с места по неподвижному мячу серединой подъема с места, а затем с разбега по неподвижно лежащему мячу в цель; -совершенствовать технику выполнения удара в ворота носком ноги. -совершенствовать технику выполнения удара по мячу пяткой.	стойками.	подъема по мячу. Бег: спиной вперед; со сменой направляющего по сигналу; с ускорением и замедлением темпа. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ с мячами, (Е.Ф. Желобкович Стр. 23) Упражнения в футбольной технике: 1. удар по мячу носком ноги. Расстояние 3-3,5 метра 2. удар серединой подъема с места, а затем с разбега по неподвижно лежащему мячу с целью попасть в кеглю, установленную в створе ворот. Расстояние до ворот 2-2,5 метра 3. передача мяча пяткой под шнуром, натянутым между стойками на высоте 25-30 см. расстояние между игроками, стоящими по разные стороны шнура 2-2,5 м. Подвижная игра «Во встречных колоннах» (Е.Ф. Желобкович стр. 27) Заключительная часть: Упражнение «Вертись мячик» (Е.Ф. Желобкович стр. 20)
7-8 занятие Задачи: - закрепить технику выполнения удара серединой подъема с места, а затем с разбега; - закрепить технику выполнения удара серединой подъема с места в стену по неподвижному мячу; -учить, отбивая мяч от пола, посылать его через натянутый шнур (высота шнура – 20 см); -учить технике выполнения удара по цели,	Мячи 20 см диаметр., мешочки по количеству детей; веревки длиной 10 м; стойки; кегли; ориентиры для ворот шириной 2-2,5 метра.	7-8 занятие Вводная часть: Ходьба обычная с обычным бегом, ходьба переходящая в бег, ритмично ударяя по колену мячом. Дыхательные упражнения Основная часть: ОРУ: с мячами, Е.Ф. Желобкович стр.23 Дыхательные упражнения Упражнения в футбольной технике: 1. эстафета - боковой галоп до ориентира (мяч в руках) -удар с места по мячу серединой подъема по кеглям, стоящим на линии ворот; -боковой галоп обратно Усложнение: Удар серединой подъема по мячу

	нарисованной на стене, после передачи мяча взрослым; -совершенствовать технику перебрасывания мяча способом «Двумя руками из-за головы» через сетку.		с разбега (ребенок бежит, кладет мяч, возвращается обратно, чтобы с разбега ударить по мячу). 2. удар серединой подъема по неподвижному мячу в стену (расстояние 2-3 метра) 3. отбив мяч от пола рукой, ударом серединой подъема посылать его через натянутый шнур. 4. удар серединой подъема по цели, нарисованной на стене, после передачи мяча взрослым. Подвижная игра «У кого меньше мячей», ОРУ (Е.Ф. Желобкович стр. 14). Заключительная часть: Ходьба по веревке: обычная, приставным шагом боком. Мешочек в вытянутой в сторону руке.
Декабрь	1-2 занятие Задачи: -закрепить технику выполнения удара серединой подъема, отбивая мяч от пола и, посылая его через натянутый шнур (высота - 20 см); -закрепить технику выполнения удара серединой подъема по цели (кегли) после передачи взрослым; -учить имитационному удару по мячу внешней стороной стопы; -учить выполнять удары внешней стороной стопы в стену или в цель с места и с разбега; -совершенствовать технику выполнения удара с разбега по мячу серединой подъема.	Площадка для игры в футбол, ее устройство, разметка. Основы по предупреждению травм и несчастных случаев. Защитные средства во время занятий футболом. Мячи (диаметр 20 см) по количеству детей; шнур длиной 8-10 м; булавы(кегли) -5-6 штук, скакалка.	1-2 занятие. Вводная часть: Ходьба, бег, прыжкам на двух ногах, продвигаясь вперед по кругу. Ходьба по диагонали и противоходом. Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 30) Дыхательные упражнения Упражнения в футбольной технике: 1.отбив мяч от пола рукой, ударом серединой подъема посылать мяч через натянутый шнур. Дети стоят на расстоянии 2-3 метра от шнура. 2. имитационные удары по мячу внешней стороны стопы. 3.удары внешней стороны стопы в стену или в цель. 4. Удары с разбега по мячу серединой подъема. Подвижная игра «Удочка» (Е.Ф. Желобкович стр. 31) Заключительная часть: Упражнение «Попади в цель»- удар серединой подъема по цели, нарисованной на стене, после передачи мяча взрослым.

	3-4 занятие Задачи: -закрепить технику выполнения удара серединой подъема, отбивая мяч от пола и, послав его через натянутый шнур (высота -20 см); -закрепить технику выполнения удара серединой подъема по цели (кегли) после передачи взрослым; -закрепить технику выполнения удара внешней стороной стопы в стену или в цель с места и с разбега; Занятие 5-6 Задачи: -Закреплять и совершенствовать в игровых упражнениях и подвижных играх технические навыки удара по мячу внешней стороной стопы, удара серединой подъема	Мячи (диаметр 20 см) по количеству детей; стойки 3-4 шт; шнуры длиной 2-2.5 метра м; булавы(кегли) -5-6 штук, скакалка. Мячи диаметром 20см по количеству детей; кубики 5-6 штук, скакалка; ворота (ширина 2-2,5м);	3-4 занятие Вводная часть: Игра «Море волнуется» Основная часть: ОРУ: (Е. Ф. Желобкович стр.30) Упражнения в футбольной технике: 1. отбив мяч от пола рукой, ударом серединой подъема посылать мяч через натянутый шнур. Дети стоят на расстоянии 2-3 метра от шнура. 2. удары с разбега по мячу серединой подъема по булавам после передачи мяча взрослым (расстояние до цели – 3 м). 3. удары внешней стороны стопы в стену или в цель с места (с разбега). 4.эстафета: - проползти по-пластунски с мячом в руках под дугой; - добежать до ориентира, ударить по мячу с разбега в ворота шириной 1,7-2м внешней стороной стопы; -возвращаясь обратно, проползти по-пластунски с мячом в руках. Подвижная игра «Ловишки в кругу» (Е.Ф. Желобкович стр. 33) Заключительная часть: Упражнение «Прокати мяч» - сидя на полу, прокатывание мяча вокруг себя. Занятие 5-6 Вводная часть: Подвижная игра «перебеги с мячом на другую сторону площадки», две команды детей стоят против друг друга. Выполняют различные виды бега по команде взрослого. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: (Е. Ф. Желобкович стр. 30) Упражнения в футбольной технике: 1.удары по воротам с места носком, пяткой, серединой подъема, внешней стороной стопы.
--	--	--	--

	Занятие 7-8 Задачи: -закреплять технику выполнения удара по мячу пяткой; -закрепить технику выполнения удара по мячу носком ноги; Учить технике выполнения удара по мячу в стену с места внутренней стороны стопы через шнур высотой 20 см; -учить технике выполнения удара по мячу в стену с места и (или) с разбега внутренней стороной стопы с расстояния 2,5- 3 м; -совершенствовать технику выполнения удара по мячу серединой подъема с разбега с постепенным увеличением силы удара.	Мячи диаметр 20 см по количеству детей, шнур длиной 10м со стойками; веревки до 10м -2 шт.	Дети, распределившись на 3 группы, выполняют удары мячом по кубикам, расположенным на линии ворот. 2. удар по мячу с разбега любым разученным способом. 3.эстафета с бегом и прыжками (на выбор педагога) Подвижная игра «Удочка» (Е. Ф. Желобкович стр. 31) Заключительная часть: Игра «Море волнуется» (Е.Ф. Желобкович стр. 35) Занятие 7-8 Вводная часть: Ходьба в колонне по- одному в возрастающем темпе с переходом на бег, шаг с высоким подъемом ног и подскоки. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 30) Дыхательные упражнения Упражнения в футбольной технике: 1. удары по мячу с места пяткой и носком ноги. 2.удар по мячу с места внутренней стороной стопы. 3.удар по мячу в стену с разбега внутренней стороной стопы. 4.удар по мячу с места внутренней стороной стопы через шнур высотой 20 см. 5.удары по мячу серединой подъема с разбега с постепенным увеличением силы удара. Дыхательные упражнения. Заключительная часть: Ходьба по веревке, положенной «Змейкой», приставным шагом боком.
--	--	---	--

Январь	Занятие 1-2 Задачи: -закреплять технику выполнения удара по мячу в стену с разбега внутренней стороной стопы; - закреплять технику выполнения удара по мячу в стену с места внутренней стороны стопы через шнур высотой 20 см -учить технике выполнения удара по мячу в стену с места и (или) с разбега внутренней стороной стопы с расстояния 2,5- 3 м; -учить технике выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы от водящего игрокам, стоящим по круг; -Совершенствовать технику выполнения удара по мячу пяткой, стоя в паре Занятие 3-4 Задачи: -закреплять технику выполнения удара по мячу внутренней стороной стопы с попаданием в цель (или предмет) с расстояния 2,5- 3 м, после передачи партнером; -закреплять технику выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы от входящего игрока,	Мячи диаметр 20 см по количеству детей, шнур длиной 10 м со стойками; Мячи диаметром 20 см по количеству детей, Мишени – по одной для подгруппы, гимнастическая скамейка.	Занятие 1-2 Вводная часть: Ходьба по залу, высоко поднимая колени и ударяя по ним мячом. По сигналу взрослого дети быстро становятся в пары и передают мяч друг другу пяткой. Бег в медленном темпе. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 30) Упражнения в футбольной технике: 1.удар по мячу с места внутренней стороной стопы через шнур высотой 20 см. 2. удар мячом в цель после передачи партнером с расстояния 2-3 м. 3.отработка удара внутренней стороной стопы по мячу с разбега. Подвижная игра «Мяч в кругу» (Е.Ф. Желобкович стр. 39) Заключительная часть: Индивидуальные игры с мячом. Дыхательные упражнения. Занятие 3-4 Вводная часть: Ходьба при каждом шага поднимать руки вперед, вверх, затем отпускать вперед и вниз. Ходьба, подскоки. Ходьба, бег по гимнастической скамейке. Ходьба спиной вперед, с перестроением в пары по сигналу. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: без предметов (Е.Ф. Желобкович стр. 40) Упражнения в футбольной технике:
--------	--	---	--

	стоящим по кругу; -учить технике выполнения удара мячом по стоящему в центре круга (диаметр круга 4-5 м) предмету; -совершенствовать технику выполнения удара по мячу с разбега внутренней стороной стопы («щечкой») Занятие 5-6 Задачи: -закреплять технику выполнения удара мячом по стоящему в центре круга (диаметр круга 4-5 м) предмету; -учить технике выполнения остановки (приема) мяча подошвой ноги; -совершенствовать технику выполнения удара по мячу с места внутренней стороной стопы сквозь ворота (дугу), стоя в паре; -совершенствовать технику выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы от водящего игрока, стоящим по кругу	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, Ворота (дуги) – 1 шт. для каждой пары.	1. Подвижная игра «Мяч в кругу» (Е.Ф. Желобкович стр. 39) 2. удар по мячу внутренней стороной стопы с попаданием в цель (или предмет) с расстояния 2,5- 3 м, после передачи партнером; 3.удар мячом по стоящему в центре круга предмету. 4.стоя парами, передавать мяч друг другу внутренней стороной стопы 5.свободно передвигаясь по залу, выполнять удары по мячу носком с разбега. Заключительная часть: Ходьба по залу с мешочком на голове. Обычная ходьба с перекатом с пятки на носок. Занятие 5-6 Вводная часть: Ходьба обычная, на пятках, носках, с перекатом с пятки на носок, в полуприседе. Бег по диагонали, змейкой, с ускорением по сигналу, ходьба. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 40) Дыхательные упражнения. Упражнения в футбольной технике: 1.удар мячом по стоящему в центре круга предмету. 2.удар по мячу с места внутренней стороной стопы сквозь ворота (дугу) 3.передача мяча любым способом и остановка подошвой ноги. Подвижная игра «Пятнашки» (Е.Ф. Желобкович стр.42) Дыхательные упражнения Заключительная часть: Игра «Тихо-громко»
--	---	---	---

	Занятие 7-8 Задачи: -закреплять технику выполнения остановки (приема мяча) подошвой ноги; -учить технике ведения мяча прямо, попеременно то правой, то левой ногой; -учить технике ведения мяча по коридору длиной 10 м, постепенно уменьшая его ширину с 2 м до 1 м -совершенствовать двигательные умения и навыки, выполняя общеразвивающие упражнения парами	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, 4 веревки по 10 м.	Занятие 7-8 Вводная часть: Индивидуальные игры с мячами: продвижение прыжками на правой и левой ноге с мячом в руках под слова «Мой веселый, звонкий...» То же, ударяя об пол правой рукой Подвижная игра «Найди свою пару» (Е.Ф. Желобкович стр. 44)
Февраль	Занятие 1-2 Задачи: -закрепить технику ведения мяча прямо, попеременно то правой, то левой ногой; -закрепить технику ведения мяча по коридору длиной 10 м, постепенно уменьшая его ширину с 2 м до 1м; -учить технике ведения мяча прямо, попеременно то правой, то левой ногой между предметами; -учить технике произвольного ведения мяча; -совершенствовать технику остановки (приема) мяча подошвой ноги; -совершенствовать навыки владения	Роль капитана команды, его права и обязанности. Эмблема футбольных клубов России. Профилактика травматизма на занятиях футболом.	Занятие 1-2 Вводная часть: Прокатывание мяча вперед-назад сначала одной ногой, затем другой. Ходьба и бег враспынную между разложенными мячами с перепрыгиванием их. По сигналу сесть на набивной мяч Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 40) Упражнения в футбольной технике: 1. эстафета ведения мяча прямо попеременно то правой, то левой ногой; 2. ведения мяча по коридору длиной 10 м, постепенно уменьшая его ширину с 2 м до 1 м; 3. остановка (прием) мяча подошвой ноги. Подвижная игра «Подвижная цель». Заключительная часть. Произвольное ведение мяча по залу.

	мячом, полученные на предыдущих занятиях. Занятие 3-4 Задачи: закрепить технику ведения мяча прямо, попеременно то правой, то левой ногой; -закрепить технику произвольного ведения мяча; -учить технике ведения мяча в ходьбе попеременно то правой, то левой ногой по начерченной прямой линии (более 10м) -учить выполнять финты -совершенствовать технику ведения мяча прямо попеременно то правой, то левой ногой. Занятие 5-6 Задачи: -закреплять технику выполнения финтов; -закреплять технику ведения мяча в ходьбе попеременно то правой, то левой ногой по начерченной прямой линии (более 10 м); -учить технике	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, 6 веревок по 10 м; набивные мячи для эстафеты. Мячи диаметром 20 см по количеству детей, 6 веревок по 10 м; кегли для эстафеты.	Занятие 3-4 Вводная часть: Ходьба в колонне по-одному, на прямых ногах, не сгибая колен, на носках, на пятках. Бег друг за другом со сменой темпа по хлопку Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 30) Подвижная игра «Море волнуется». Упражнения в футбольной технике: 1. Эстафета: ведения мяча прямо, попеременно то правой, то левой ногой, обводя кегли-обратно бег с мячом в руках. 2.Эстафета: -прыжки с зажатым между коленями мячом; -подскоками вернуться обратно. 3.индивидуальное выполнение финтов каждым ребенком в паре с тренером. 4.индивидуальные игры с мячом: ведение мяча. Удары об стену. Заключительная часть: Ведение мяча в ходьбе по начерченной прямой линии (более 10 м) попеременно то левой, то правой ногой. Занятие 5-6 Вводная часть: Ходьба, бег Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 50) Упражнения в футбольной технике: 1. эстафета во «встречных колоннах», ведения мяча в ходьбе попеременно то правой, то левой ногой по начерченной прямой линии; 2.ловля и отбивание руками высоколетящего мяча в стороне
--	--	---	---

	отбора мяча у соперника; -учить элементам вратарской техники: ловля высоколетящего мяча в стороне от ворот и ловля мяча в ходьбе попеременно то правой, то левой ногой произвольно по залу. Занятие 7-8 Задачи: -закреплять элементы вратарской техники: ловлю высоколетящего мяча в стороне от ворот и ловлю мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него) -учить вратарской технике: ловле низколетящего мяча, прием катящегося мяча, броском мяча вратарем; -совершенствовать технику ведения мяча в игре, известным детям способами, финтов, отбора мяча у соперника.	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, сетка волейбольная, скамейки гимнастические – 2, ворота.	от ворот. - ловля мяча руками (в прыжке и без него), летящего на уровне груди. 3.отработка техники выполнения финтов и отбора мяча у соперника Подвижная игра «Горячая картошка». Заключительная часть: Релаксирующий комплекс (Е.Ф. Желобкович стр. 52) Занятие 7-8 Вводная часть: Ходьба гимнастическим шагом, на носках, пятках, руки вверх Бег, прыжки врассыпную. С подачей сигнала остановиться и стоять на одной ноге (правой, затем левой) Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 40) Упражнения в футбольной технике: 1. техника ловли высоколетящего мяча в стороне от ворот и ловлю мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него). 2.в паре катать друг другу мяч и отбивать его ладонями. 3.отработка техники финтов, отбор мяча у соперника. Подвижная игра «У кого меньше мячей» Заключительная часть: Игра малой подвижности «Фигуры».
Март	Занятие 1-2 Задачи: - закреплять элементы вратарской техники: ловлю высоколетящего мяча в стороне от ворот и ловлю мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него)	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, сетка волейбольная, скамейки гимнастические – 2, ворота.	Занятие 1-2 Вводная часть: Ходьба обычная, спиной вперед, в полуприседе, обычная с ускорением и замедлением темпа по сигналу. Бег змейкой с ускорением и замедлением темпа по сигналу. Бег за направляющим. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 50)

	- Закреплять элементы вратарской техники: ловле низколетящего мяча, прием катящегося мяча, броском мяча вратарем; -учить игре в футбол по упрощенным правилам; - совершенствовать технику ведения мяча в игре, известным детям способами, финтов, отбора мяча у соперника. -развивать быстроту, ловкость, выносливость, скоростно-силовые качества. Занятие 3-4 Задачи: - закреплять элементы вратарской техники: ловлю высоколетящего мяча в стороне от ворот и ловлю мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него) - Закреплять элементы вратарской техники: ловле низколетящего мяча, прием катящегося мяча, удары по мячу вратарем-пробежав несколько шагов, подбросить мяч не высоко вверх-вперед и нанести по нему удар	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, мешочки, кубики, ворота.	Упражнения в футбольной технике: 1.Подвижная игра «У кого меньше мячей» (Е.Ф. Желобкович стр.14) Дыхательные упражнения. 2. Ловля низколетящего мяча, прием катящегося мяча, броском мяча вратарем; Игра «Футбол по упрощенным правилам» (Е.Ф. Желобкович стр. 56) Дыхательные упражнения и самомассаж. Заключительная часть: Спокойная ходьба. Занятие 3-4 Вводная часть: Ходьба обычная, спиной вперед, в полуприседе. Игра «Прыжок-шутка»-дети встают на четвереньки и делают прыжок в сторону. Подвижная игра «Не оставайся на земле». Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 50) Упражнения в футбольной технике: 1.Отработка техники удара по мячу. Пробежка несколько шагов, подбросить мяч не высоко вверх-вперед и нанести по нему удар подъемом ноги. 2. подвижная игра «Подвижная цель». Игра в футбол по упрощенным правилам. Дыхательные упражнения, самомассаж. Заключительная часть:
--	---	---	--

	подъемом ноги; -продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам; - совершенствовать технику ведения мяча в игре, известными детям способами, финтов, отбора мяча у соперника. Занятие 5-6 Задачи: -совершенствовать элементы вратарской техники: ловлю высоколетающего мяча в стороне от ворот и ловлю мяча, летающего на уровне груди (в прыжке или без него), а также ловлю низколетающего мяча. - совершенствовать технику выполнения удара по мячу вратарем, пробежав несколько шагов, подбросить мяч не высоко вверх-вперед и нанести по нему удар подъемом ноги; -продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам по 2 игрока в команде; -совершенствовать технику работы с мячом.	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, мешочки, кубики, ворота	Ходьба по залу, упражнения на дыхание. Занятие 5-6 Вводная часть: Ходьба обычная, спиной вперед, в полуприседе. Бег за направляющим вперед Спиной вперед за направляющим Прыжки через скакалку Дыхательные упражнения Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 59) Упражнения в футбольной технике: 1.отработка техники удара по мячу ловлю высоколетающего мяча в стороне от ворот и ловлю мяча, летающего на уровне груди (в прыжке или без него), а также ловлю низколетающего мяча. 2. совершенствовать технику выполнения удара по мячу вратарем, пробежав несколько шагов, подбросить мяч не высоко вверх-вперед и нанести по нему удар подъемом ноги; 3. ведение мяча правой (левой) рукой, ходьбе по залу, переступая мешочки, разложенных хаотично на полу. Подвижная игра «Мини-футбол»- игра по упрощенным правилам. Дыхательные упражнения. Заключительная часть: Обычная ходьба, ходьба на носках с выполнением дыхательных упражнений.
--	--	--	---

	Занятие 7-8 Задачи: -продолжать закреплять технику ведения мяча между предметами поочередно правой и левой ногой (расстояние – до 20 метров) -совершенствовать технику точного удара с места (с разбега) мячом по предмету с расстояния 3-3,5 метра -продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам по 2 игрока в команде; -совершенствовать технику работы с мячом	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, набивные мячи до 10 шт., гантели – по 2 на каждого ребенка, скамьи гимнастические 2-3 шт., ворота.	Занятие 7-8 Вводная часть: Дети свободно передвигаются по залу, выполняя команды (различные виды ходьбы, прыжков, и бега). По сигналу тренера «Сделай фигуру» дети выполняют любые фигуры. Упражнения на дыхание. Основная часть: ОРУ: (Е. Ф. Желобкович стр. 59) Упражнения в футбольной технике: 1. ведение мяча между предметами поочередно правой и левой ногой (расстояние до 20 м) 2. удар с места (с разбега) мячом по предмету. 3. подбросить мяч вверх, обернуться и поймать мяч. Подвижная игра «Мини-футбол» по упрощенным правилам. Заключительная часть: Ходьба в умеренном темпе.
Апрель	Занятие 1-2 Задачи: -продолжать закреплять технику выполнения передачи мяча от игрока к игроку в ходьбе; -совершенствовать технику выполнения точного удара (с места) мячом по предмету с расстояния 3-3,5 м; -продолжать учить в футбол по упрощенным правилам по 3 игрока в команде; -совершенствовать технику владения мячом – удар по мячу «Щечкой», (внутренней стороной стопы)	Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Страховка и самостраховка. Мячи диаметром 20 см по количеству детей, набивные мячи до 12 шт., гантели – по 2 на каждого ребенка, скамьи гимнастические 2-3 шт., ворота, стойки	Занятие 1-2 Вводная часть: Ходьба обычная, в полуприседе. Бег в колонне по-одному в постепенно возрастающем темпе в чередовании с ходьбой. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: (Е. Ф. Желобкович стр. 59) Упражнения в футбольной технике: 1. передача мяча в ходьбе. 2. удар с места мячом по предмету с расстояния 3-3,5 метра. 3. Эстафета: - удар по мячу щечкой, прокатив его под веревкой, натянутой на высоте 20 м от поля. -перепрыгнуть через веревку, догнать мяч. -перепрыгнуть веревку, вернуться к своей команде. Подвижная игра «Мини-футбол» по упрощенным правилам Дыхательные упражнения. Заключительная часть: Ходьба парами по залу

	Занятие 3-4 Задачи: -совершенствовать технику выполнения передачи мяча от игрока к игроку в ходьбе; -продолжать закреплять технику выполнения точного удара с разбега по предмету с расстояния 3-3,5 метра -продолжать учить игре по упрощенным правилам; -совершенствовать технику владения мячом.	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, мат гимнастический – 2 шт., веревка одна длинная, несколько коротких, кегли - 12 шт., гантели по 2 на каждого, скамейки гимнастические 2-3 шт., ворота.	Упражнения на расслабление Занятие 3-4 Вводная часть: Ходьба обычная в чередовании с гимнастической ходьбой. Бег в колонне по одному, чередуя с ходьбой. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 59) Упражнения в футбольной технике: 1.передача мяча в ходьбе 2.удар с разбега по предмету. 3.эстафета: -«Бревнышко» -ударить по мячу «Щечкой», прокатив его под веревкой, натянутой на высоте 20 см от пола -перепрыгнув через веревку, догнать мяч, -перепрыгнуть веревку, вернуться к своей команде. Подвижная игра «Мини-футбол» -игра в футбол по упрощенным правилам. Дыхательные упражнения. Заключительная часть: Игра малой подвижности «рука, рука, нога» Занятие 5-6 Вводная часть: Ходьба обычная в чередовании с гимнастической ходьбой Бег противходом, по диагонали, в колонне по одному в постепенно возрастающем темпе в чередовании с ходьбой. -в колонне по-одному с постепенным замедлением темпа движения в чередовании с ходьбой. Дыхательная гимнастика. Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 59) Упражнения в футбольной технике: 1.передача мяча в беге 2.удар с разбега мячом по
	Занятие 5-6 Задачи: -продолжать закреплять технику выполнения передачи мяча в беге от игрока к игроку, расстояние между игроками до 2,5 м; -совершенствовать технику выполнения точного удара с разбега мячом по предмету с расстояния 3-3,5 метра -продолжать учить	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, мат гимнастический – 2 шт., веревка одна длинная, несколько коротких, кегли - 12 шт., гантели по 2 на каждого, скамейки гимнастические 2-3 шт., ворота.	

	игре в футбол по упрощенным правилам; -совершенствовать технику владения мячом Занятие 7-8 Задачи: -продолжать закреплять технику выполнения передачи мяча в беге от игрока к игроку, расстояние между игроками до 2,5 м; -совершенствовать технику выполнения остановки мяча во время передачи его друг другу; -совершенствовать навык выполнения удара по мячу с места определенной силы; -Совершенствовать навык выполнения удара с разбега по предмету.	Мячи (диаметр - 20 см) по количеству детей; кегли- 12 штук.	предмету. 3.эстафета: -ведение мяча поочередно правой и левой рукой до стойки, обвести ее; -обратно бежать с мячом за спиной. Подвижная игра «Мини-футбол» в футбол по упрощенным правилам. Дыхательные упражнения. Заключительная часть: Ходьба приставным шагом правым и левым боком. Занятие 7-8 Вводная часть: Ходьба обычная в чередовании с ходьбой в полуприседе, на пятках, носках. Бег «змейкой», с ускорением и замедлением темпа движения. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: парами (Е.Ф. Желобкович стр. 70) Упражнения в футбольной технике: 1. Остановка мяча подошвой ноги или внутренней стороной стопы. 2.передача мяча в беге. 3.удар с разбега мячом по предмету с расстояния 3-3,5 метра. 4.удар по мячу с определенной силой. Подвижная игра «Передачи по кругу через центр» Заключительная часть: Ходьба парами, замедляя и ускоряя темп.
Май	Занятие 1 Задачи: -продолжать учить технике выполнения отбора мяча, выполняя действия в паре; -совершенствовать элементы вратарской техники (ловля и броски	Профилактика травматизма на занятиях футболом. Повторение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Мячи диаметром 20 см по	Занятие 1 Вводная часть: Подвижная игра «Ловишка с мячом». Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр. 70) Упражнения в футбольной технике: -отбор мяча, выполняя действия в паре.

мяча руками) -продолжать учить технике владения мячом в эстафетах	количеству детей	2.Подвижная игра «У кого меньше мячей» (Е.Ф. Желобкович стр. 14) 3.эстафете «Кто быстрее?» Подвижная игра «Мы веселые ребята» Дыхательные упражнения. Заключительная часть: Упражнение «Художник» (Е.Ф. Желобкович стр. 25)
Занятие 2 Задачи: Совершенствовать технику выполнения отбора мяча, выполняя действия в паре -продолжать закреплять умение попадать мячом в движущую цель -развивать физические качества: ловкость, быстроту, меткость, силу, выносливость	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, обручи большого диаметра 2-3 шт, мишени-2 шт.	Занятие 2 Вводная часть: Подвижная игра «Ловишка с мячом» Дыхательные упражнения Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр.70) Упражнения в футбольной технике: 1.отбор мяча, выполняя действия в паре. 2.попасть мячом в катящийся обруч с расстояния 4-5 метров, ударяя по мячу любым, уже знакомым способом. 3.эстафета: -прыжки с мячом, зажатым коленями до ориентира. -ударом ноги по мячу попасть в цель диаметром 50 см (расстояние 3-3,5 метра). Подвижная игра «Пятнашки». Дыхательные упражнения. Заключительная часть: Упражнение «Вертись мячик»: (Е.Ф. Желобкович стр 20)
Занятие 3 Задачи: -совершенствовать умение попадать мячом в движущуюся цель; -продолжать учить технике выполнения передачи мяча друг другу (втроем).	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, обручи большого диаметра 2-3 шт., мишени-2 шт., скакалка	Занятие 3 Вводная часть: Ходьба в колонне по одному, с перекачиванием с пятки на носок, помогая взмахом рук, чередуя с обычной ходьбой. Бег обычный в чередовании с бегом с захлестыванием голени назад. Дыхательные упражнения Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр.70) Упражнения в футбольной

			технике: 1.попасть мячом в катящийся обруч с расстояния 4-5 метров, ударяя по мячу любым, уже знакомым способом. 2.передача мяча друг другу. 3.эстафета «передача мяча назад «Волной». Подвижная игра «Удочка». Заключительная часть: Упражнение «Клоун с мячом» : (Е.Ф. Желобкович стр.14)
	Занятие 4 Задачи: -совершенствовать технику выполнения передачи мяча друг другу (втроем) -продолжать совершенствовать технику отбивания мяча в движении - продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, ворота.	Занятие 4 Вводная часть: Ходьба и бег враспынную между разложенными по залу набивными мячами с перепрыгиванием через них. По сигналу сесть на набивной мяч. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: (Е.Ф.Желобкович стр.70) Упражнения в футбольной технике: 1.эстафета «Передача мяча назад «Волной». 2.передача мяча друг другу (втроем). 3.отбивание мяча в движении. Подвижная игра «Мини-футбол». Дыхательные упражнения. Заключительная часть: Игра малой подвижности «Запрещенные движения».
	Занятие 5 Задачи: -продолжать совершенствовать технику ведения мяча ногой «змейкой» между предметами; -продолжать совершенствовать технику отбивания мяча в движении -продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, мячи малого диаметра по 2 на каждого ребенка, набивные мячи на подгруппу, стойка 2 шт.	Занятие 5 Вводная часть: Ходьба и бег враспынную между разложенными по залу набивными мячами с перепрыгиванием через них. По сигналу сесть на набивной мяч Дыхательные упражнения Основная часть: ОРУ: (Е.Ф. Желобкович стр.79) Упражнения в футбольной технике: 1.эстафета «Ловкий футболист»- ведение мяча змейкой между предметами. 2.эстафета - перекатывание двух

			мячей «змейкой» руками. 3.эстафета - отбивание мяча в движении. Подвижная игра «Мини-футбол» по упрощенным правилам. Заключительная часть: Ходьба с выполнением движений по заданию взрослого.
	Занятие 6 Задачи: -совершенствовать технику отбивания мяча в движении; -продолжать развивать скоростно-силовые качества в эстафетах и игровых занятиях -продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, мячи малого диаметра по 2 для каждого ребенка, набивные мячи для эстафеты-2 шт., стойка - 2 шт., ворота	Занятие 6 Вводная часть: Ходьба гимнастическим шагом, на носках, руки вверх. Бег, прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед. Ходьба враспынную с заданием на сигнал - остановиться и стоять на одной ноге. Дыхательные упражнения. Основная часть: ОРУ: (Е. Ф. Желобкович стр.79) Упражнения в футбольной технике: 1.отбивание мяча в движении 2. эстафета «Гонка мячей» 3. Эстафета «Тачка» Подвижная игра «Мини-футбол» по упрощенным правилам. Заключительная часть: Игра малой подвижности «Запрещенные движения».
	Занятие 7 Задачи: -совершенствовать технические футбольные навыки посредством игр, игровых упражнений; -продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам	Мячи диаметром 20 см по количеству детей, мячи малого диаметра- по 2 для каждого ребенка.	Занятие 7 Вводная часть: Ходьба гимнастическим шагом, на носках, руки вверх. Бег, прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед. Ходьба враспынную с заданием на сигнал. Основная часть: ОРУ: (Е. Ф. Желобкович стр.79) Дыхательные упражнения Упражнения в футбольной технике: 1. отбивание мяча в движении. 2.эстафета «Гонка мячей». 3.эстафета «Тачка». Подвижная игра «мини-футбол», игра по упрощенным правилам. Заключительная часть: Упражнение «Художник»

	Занятие 8 - районное соревнование по мини – футболу совершенствовать технические футбольные навыки посредством игр, игровых упражнений.	Мяч, спортивная форма.	Занятие 8 Совершенствование техники игры «Мини – футбол», соблюдая установленные правила
--	---	------------------------	--

4. Календарный учебный график

Учебный план

№	Наименование раздела, темы			
		Всего	Теория	Практика
1.	Теоретическая подготовка	10	7	3
1.1.	Инструктаж по технике безопасности		2	
1.2.	История игры футбол		1	
1.3.	Сведения о личной гигиене детей		2	
1.4.	Методика спортивной тренировки, построение, разминка		2	
1.5.	Правила игры, соревнований			3
2.	Физическая подготовка	24		
2.1.	Общefизическая подготовка			12
2.2.	Специальная физическая подготовка			12
3.	Техническая и тактическая подготовка	22		
3.1.	Техника игры без мяча			4
3.2.	Техника игры с мячом			6
3.3.	Тактика атаки			5
3.4.	Тактика обороны			5
3.5.	Контрольные игры			2
	Итого:	56		

Календарный учебный график

ОО	Возрастная группа	Кол-во занятий в неделю	Длительность занятия	Недельная образовательная нагрузка	Кол-во занятий в год
Физическое развитие	Старший дошкольный возраст (5-7 лет)	2	30 мин.	60 мин.	56 занятий

5. Оценочный материал

Согласно ФГОС ДО, «при реализации программы может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики».

В течение года проводится несколько видов диагностики:

- медицинская диагностика – оценка проводится по результатам анализа заболеваемости детей, посещающих занятия;
- педагогическая диагностика – мониторинг освоения содержания программы по мини-футболу.

По результатам освоения программы «Школы футбола» ежегодно в мае руководитель кружка проводит мониторинг в форме индивидуального тестирования.

Диагностический инструментарий включает в себя тесты, выявляющие уровень развития:

- скоростных качеств – бег 30 м;
- силы и ловкости – челночный бег (3х10м);
- координации и чувства равновесия – ведение мяча (качество выполнения);
- глазомер – удары в створ ворот (3 раза с 5 м).

Протокол исследования уровня физической подготовленности детей

№	Ф.И. ребёнка	Дата рождения	Тесты											
			Бег			Челночный бег			Ведение мяча			Удар в створ ворот		
			1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
1														
2														
3														
4														
5														

Условные обозначения:

1 – точка роста;

2 - формируется;

3 - сформировано.

Возрастные нормативы физической подготовленности детей 6-7 лет

Тест	Уровень развития физических качеств					
	1		2		3	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
Бег	7,4 секунды и более	7,6 секунд и более	7,3 – 6,2 секунды	7,5 – 6,6 секунды	6,1 секунды и менее	6,5 секунды и менее
Челночный бег	10,1 секунды и более	11,1 секунды и более	10 – 8,7 секунды	11-9 секунд	8,6 секунды и менее	8,9 секунды и менее
Ведение мяча	Не может придать мячу нужное направление		Выполняет задание с незначительными потерями мяча		Правильно выполняет задание без потери мяча	
Удар в створ ворот	1 попадание		2 попадания		3 попадания	

6. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Взаимоотношения с родителями строятся с учетом индивидуального подхода, доброжелательного стиля общения. В течение учебного года проводится:

- ✓ консультативная помощь;
- ✓ участие в родительских собраниях;
- ✓ проведение открытых занятий;
- ✓ проведение занятий с участием родителей;
- ✓ участие родителей в качестве болельщиков на районных соревнованиях по мини-футболу «Мини-звёздочки».

7. Материально-техническое обеспечение

Дошкольное учреждение имеет спортивный зал для игр в мини-футбол, спортивную уличную площадку.

Кроме того, для успешных занятий по мини-футболу имеются:

1. Мячи футбольные - 15 шт.
2. Фишки для разметки игрового поля – 15 шт.
3. Конусы спортивные - 12 шт.
4. Ворота футбольные 2-2,5 метра - 2 шт.

5. Кегли - 6 – 8 шт.
6. Скакалки - 15 шт.
7. Шнуры 1,5 метра - 4 шт.
8. Кубики - 15 шт.
9. Скамейки гимнастические - 2 шт.
10. Мешочки - 10 шт.
11. Мат гимнастический – 2 шт.
12. Обручи большого диаметра - 4 шт.
13. Нагрудные знаки для команды (накидки) - 15 шт.

Материально-техническая база соответствует требованиям:

- СП 3.1./2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;
- правилам пожарной безопасности;
- охране здоровья воспитанников и охране труда работников ДОУ;
- средства обучения и воспитания соответствуют возрасту и индивидуальным особенностям развития детей;
- содержание развивающей предметно-пространственной средой соответствует требованиям ФГОС ДО.

Список литературы

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. - М.: «Просвещение», 2002. 160 с.
2. Алиев Э. Г., Андреев О. С., Андреев С. Н. «Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях»: учебное пособие. - М.: Советский спорт, 2014. 124
3. Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009. 88 с.
4. Кузнецов А.А. Футбол моя любимая игра. – М.: «Физкультура и спорт», 2010. 60 с.
5. Лясковский К. Техника ударов. – М.: «Физкультура и спорт», 1973. 23 с.
6. Моисеева Е.В., Леукина А.П., Первойкин М.С., Чеменёва А.А. Парциальная программа «Быстрый мяч»: Мини-футбол для дошкольников 5 - 7 лет / Под общей редакцией А.А. Чеменёвой. – М.: Мозаика – Синтез, 2022. 168 с.
7. Николаева Н.И. Школа мяча. - СПб: «Детство – пресс», 2012. 96 с.
8. Петухов А.В. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. - М.: «Советский спорт», 2006. - 232 с.
9. Сетевой образовательный проект «Здоровьеобеспечение детей дошкольного возраста в условиях взаимодействия ДОУ – ООУ – ФОК: Информационно-методический сборник – Выпуск 2 / Под общей редакцией В.Т. Чичикина. – Н. Новгород: Нижегородский институт развития образования, 2011.
10. Сучилин А.А. Футбол во дворе. – М.: «Физкультура и спорт», 1983. 144 с.

Прошнуровано, пронумеровано и
скреплено печатью 41 листов

(сорок один)

Заведующий МБДОУ «Детский сад «17»



О.И. Кочнева.