

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №27 города Кузнецка  
442530, Пензенская область, город Кузнецк,  
улица Октябрьская, дом №64 «Б»  
т.(8-841-57) 3-68-17

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
Протокол № 1007/Н.О.С. 4023



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ ДС № 27 г. Кузнецка  
Риль Н.А.  
Приказ № 1007 от 19.09.2023



**Дополнительная общеразвивающая  
программа физкультурно-спортивной  
направленности  
« Крепыш»**

**2023 – 2024 учебный год**

Кузнецк 2023

## Содержание

1. Пояснительная записка _____	3
1.1. Цели и задачи программы _____	3-4
1.2. Календарный учебный график _____	4
1.3. Учебный план _____	5
1.4. Ожидаемые результаты _____	5-7
2. Методика обучения _____	9-11
4. Учебно-тематический план _____	12-15
5. Список литературы _____	16

## 1. Пояснительная записка

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность и разработана на формирование культурно здорового и безопасного образа жизни и укрепления здоровья обучающихся.

Актуальность программы обозначена необходимостью приобретения ребенком двигательного опыта в разных сферах жизнедеятельности, необходимостью укрепления психического и физического здоровья детей, формирования нравственно-волевых качеств.

Педагогическая целесообразность программы заключается в становлении ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

### Нормативная документация.

- Федеральный закон от 29.12.2012.г.№ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 №1008 г.Москвы «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам».
- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 №06-1844 «О примерных требованиях к Программам дополнительного образования детей.»
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждения распоряжением Правительства РФ от 04.09.14.,№1726-Р.

### 1.1 Цели и задачи программы

**Цель программы:** формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом на основе занятий с основами футбола,

- формирование и совершенствование двигательных умений и навыков детей;  
(бег, прыжки, ходьба, упражнения.)
- обучение новым видам движений, основанным на приобретенных знаниях и мотивации к выполнению физических упражнений;(бег с мячом, ведение мяча, ходьба спиной, приставные шаги и т.д.)
- овладение основами техники выполнения общефизических и специальных упражнений по футболу на первоначальном уровне..(ведение мяча шагом, бег с мячом в ногах и т.д.)

**Основными задачами реализации программы являются:**

#### \*Обучающие:

- формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей;
- обучать новым видам движений, основанным на приобретенных знаниях и мотивации к выполнению физических упражнений;
- овладеть основами техники выполнения общефизических и специальных упражнений по футболу на первоначальном уровне

#### \*Развивающие:

- развивать основные физические качества (силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости) и их сочетаний в игровой деятельности;
- физическое развитие детей, удовлетворение их индивидуальных двигательных потребностей.

#### \*Воспитательные:

- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма;

- формировать навыки культурного и физического компетентного общественного поведения;
  - формировать привычки заботиться о своем здоровье в повседневной жизни, потребности ЗОЖ.
- Формы и режим занятий. **Обучающие:**

**Развивающие:**

- развитие основных физических качеств ( силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости) и их сочетаний в игровой деятельности;
- физическое развитие детей, удовлетворение их индивидуальных двигательных потребностей.

**Воспитательные:**

- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма;
- формирование навыков культурного и физически компетентного общественного поведения;
- формирование привычки заботиться о своем здоровье в повседневной жизни, потребности ЗОЖ.

Для успешной реализации программы в процессе обучения используются разнообразные **формы занятий:**

- тренировочное занятие;
- занятие с игровым сюжетом, с элементами игры;
- занятие-эстафета;
- занятие соревнование.

**1.2 Календарный учебный график.**

Образовательная деятельность проводится один раз в неделю с 1 октября по 30 июня в режиме пятидневной рабочей недели. Всего 40 недель. В соответствии со следующим объемом нагрузки:

№ п\п	Продолжительность образовательной деятельности	Количество образовательной деятельности в неделю	Объем образовательной нагрузки в неделю	Объем образовательной нагрузки по программе в год
1	20 минут	1	20минут	40 часов
Всего:				40 часов

Программа включает в себя 40 академических часов и предусматривает проведение занятий в групповой форме или по подгруппам 10-12 человек.

Срок реализации программы 1 год.

### 1.3 Учебный план программы «Крепыши»

№ п\п	Наименование разделов	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теоретические	практические
1	Введение	1	0.5	0.5
2	Общая физическая подготовка	23	3	20
3	Основы специальной физической подготовки по футболу	10	2	8
4	Основы технической подготовки по футболу	5	2	3
5	Заключение	1	0.5	0.5
	Итого:	40	8	32

### 1.4. Ожидаемые результаты работы.

#### Ожидаемые результаты:

В результате реализации Программы воспитанники будут знать и уметь:

Знать:

- как возникла игра в футбол;
- как устроен человек;
- правила личной гигиены;
- зачем нужны физические упражнения;
- упражнения разминки, заминки, специальные упражнения;
- общие правила игры в футбол;
- основы техники удара ногами в футболе;
- правила поведения на занятиях по футболу

В результате обучения по программе у обучающихся происходит приоритетное развитие физических качеств быстроты и ловкости, 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.

Обучение навыкам владения мячом состоит из трех этапов:

1. Начальный или подготовительный этап. Основной его задачей является развитие у детей координации движений, умения следить за траекторией полета мяча, выработки быстрой ответной реакции на летящий мяч. На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом.

2. Этап углубленного разучивания. Главная его задача – сделать действия детей направленными, осознанными. В этот период дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом.
3. Этап закрепления и совершенствования (основной). На этом этапе дети закрепляют полученные знания и навыки владения мячом, используя их в проведении спортивных игр и эстафет.

## **2. Организация режима обучения и воспитания детей**

Работа строиться в направлении личностного- ориентированного взаимодействия: педагог –ребенок - родитель. Занятия содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей дошкольного возраста , в сочетании с практическими заданиями ( оздоровительные минутки-упражнения для глаз, для осанки ,дыхательные упражнения и пр.) ,необходимыми для развития навыков ребенка. Программа рассчитана на 1 год. Длительность занятий 15-20 минут. Все темы взаимосвязаны друг с другом. Группа детей набираются без предъявления требований к базовым умениям. При реализации программы используются групповые формы работы, основным элементом проведения занятий является игра. Игра-это один из способов развития в ребенке его интеллекта, творческих способностей ,физического здоровья.

### **Формы и режим**

Для успешной реализации программы в процессе обучения используются разнообразные формы занятий-тренировочное занятие;

-занятие с игровым сюжетом, с элементами игры;

-занятия эстафета;

-занятие-соревнование;

Методика реализации программы предусматривает проведение занятий в групповой форме или по подгруппам 10-12 чел.

Режим занятия группы по данной программе -1 занятие в неделю по 20-25 минут. При увеличении интереса у детей и количества занимающихся возможно расширение тренировочного времени по согласованию с администрацией ДС №27 до 2-х часов в неделю.

Обеспечение безопасности в спортивном зале.

До начала организации занятий в спортивном зале детей надо ознакомить с правилами поведения в помещении спортивного зала.

Обеспечение безопасности при организации занятий в спортивном зале с детьми дошкольного возраста включает следующие правила:

-непосредственно образовательную деятельность по физической культуре проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены

-допускать детей к непосредственно образовательной деятельности только с разрешения врача.

-воспитанники должны соблюдать правила использования физкультурного оборудования, установленные режимы занятий и отдыха.

-занятия в спортивном зале необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

-во время занятий воспитанники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

- в спортивном зале должен быть вывешен комнатной термометр для контроля температурного режима.

-спортивный зал должен быть оснащен аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

-руководитель физического воспитания, воспитатель и воспитанники должны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения, спортивный зал должен быть оснащен огнетушителем, автоматической системой пожаротушения и прточно-вытяжной вентиляцией.  
-спортивное оборудование должно быть обеспечено инструкцией по безопасности проведения занятий.  
-все занятия по обучению детей основным видам движений должны составляться согласно педагогическим принципам и по своему содержанию должны соответствовать возрастным особенностям занимающихся, их физической подготовленности, уровню здоровья.

### **3.Методическое обеспечение программы**

Образовательный процесс включает в себя различные методы обучения. Основные методы выполнения упражнений: игровой, повторный, равномерный, круговой, контрольный, соревновательный.

Характеристика спортивно-оздоровительного этапа:

- укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие;
- 2) постепенный переход к целенаправленной подготовке по футболу;
- изучение основ техники футбола;
- обучение индивидуальной и групповой тактике игры;
- формирование первоначального интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- воспитание черт спортивного характера.

Основные средства:

- 1) подвижные игры и игровые упражнения;
- 2) общеразвивающие упражнения;
- 3) всевозможные прыжки и прыжковые упражнения;
- 4) метание (легкоатлетических снарядов, набивных, теннисных мячей и до.);
- 5) скоростно-силовые упражнения (отдельные и в виде комплексов);
- 6) гимнастические упражнения для силовой и скоростно-силовой подготовки;
- 7) упражнения для развития гибкости и общей выносливости.

Содержание программы должно исходить из приоритета развития физических качеств, координации, ловкости, быстроты передвижения и реагирования и умения владеть своим телом. А самое главное дети должны почувствовать, что они в команде и являются неотъемлемой ее частью.

#### **Общая характеристика общеразвивающих упражнений**

Общеразвивающие упражнения – это специальные упражнения, предназначенные для развития и укрепления отдельных групп мышц- плечевого пояса, туловища, брюшного пресса и ног.

Задачей их является формирование правильной осанки ребенка путем развития и укрепления костно-мышечного аппарата и общее физиологическое воздействие на его организм.

Особенность этих упражнений, заключается в том, что они связаны с деятельностью отдельных, строго ограниченных двигательных мозгов центров мозга, и каждое из упражнений затрагивает лишь небольшое число движений, необходимых для его выполнения. Поэтому общеразвивающие упражнения носят местный характер со специальной направленностью. Они высшие психомоторные центры, управляющие движениями, совершенствуют взаимосвязанную деятельность первой и второй сигнальных систем и требуют сознательности, произвольности, точности выполнения.

Определенная последовательность, в которой даются общеразвивающие упражнения, направлено на вовлечение всего организма в деятельное состояние, повышение физиологических процессов, способствующих его общей жизнедеятельности.

Первая группа упражнений направлена на развитие и укрепление мышц плечевого пояса. Они способствуют расширению и увеличению дыхательного размаха грудной клетки, укрепляют диафрагму, всю дыхательную

мускулатуру, вызывают глубокое дыхание, укрепляют мышцы спины, выпрямляют позвоночник (способствуя сближению лопаток и уменьшению расстояния между ними).

Вторая группа упражнений- для развития и укрепления брюшного пресса и ног. Они способствуют укреплению мышц живота, которые предохраняют внутренние органы от сотрясения при интенсивных движениях ( прыжки, спрыгивания и т.п.).Эти упражнения развивают мышцы ног и свода стопы, препятствуют застою крови в венозных сосудах ( хлопок о колено, полуприседания, приседания и т.п.).

Третья группа упражнений- для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника при наклонах туловища вперед и стороны, а так же при поворотах вправо, влево и вращении туловища. У ребенка вследствие имеющихся возрастных особенностей в строении грудной клетки нет большого размаха дыхательных движений, дыхание поверхностно, неглубоко.

В процессе интенсивных физических упражнений появляется большая потребность в кислороде; ребенок начинает глубоко дышать, вбирая свежий воздух и ощущая в то же время необходимость освободиться от вырабатываемой в организме углекислоты что создает необходимость выхода. Упражнения регулируют и усиливают дыхание, содействуют развитию и подвижности грудной клетки, увеличивают жизненную емкость легких, улучшают состав крови благодаря притоку кислорода и питательных веществ. Путем регулярных упражнений дыхание ребенка поддается воспитанию вследствие того, что дыхательные центры подчиняются нервной системе.

Систематические физические упражнения выбирают необходимые условно-рефлекторные связи и постепенно приучают детей к регулярному вдоху и выдоху, стереотипизируя этот процесс.

Поэтому при выполнении всех упражнений важную роль играет правильное дыхание ребенка. Оно заключается в полноценном интенсивном по глубине вдохе и в постепенном умеренном выдохе фиксируемом произнесением звуков.

Вдох в упражнениях, развивающих мышцы ключевого пояса , всегда совпадает с расширением грудной клетки при разведении рук в стороны, отведении их назад, поднимании вверх; выдох связан с сужением ее при опускании рук вниз, проведением их вперед, хлопком перед собой.

Общеразвивающие упражнения выполняются детьми большей частью обручами, лентами, шнурами, шестами, шарами и т.п. Кроме того, на предметах: гимнастической стенке, скамейке, стульях, бревне; у предметов –гимнастическая стенка, стена. Различные предметы позволяют многократно повторить одни и те же полезные для детей упражнения. Поддерживая к ним интерес.

Они способствуют формированию правильной осанки, не надоедая детям и не утомляя их однообразием.

Кроме того, предмет содействует большей конкретности задания, он делает движения более точными.

Многочисленное повторение упражнения с предметом помогает выработать правильный мышечный тонус, сохраняющийся и в дальнейшем при выполнении упражнения без предмета.

Общеразвивающие упражнения- это своеобразная «азбука» движений.

С их помощью формируется базовая координация движений, развиваются двигательные качества, создаются предпосылки для освоения техники более сложных упражнений, прививаются основы эстетики движений.

Общеразвивающие упражнения составляют основу содержания занятий с детьми.

Таким образом, общеразвивающие упражнения, используемые одновременно, оказывают всестороннее укрепляющее воздействие на организм ребенка. Выполнение общеразвивающих упражнений, требующих точности, четкости, определенной расчлененности и в то же время целостности, способствует воспитанию внимания, воли, целенаправленности, тормозных реакций, умения согласовать свои движения с действиями и движениями всего коллектива детей.

### **3.1.Комплексы общеразвивающих упражнений для детей**

#### **Развитие функциональных систем организма:**

-ходьба шагом, мяч в руках;

-легкий бег. Мяч в руках;

-ходьба с мячом в ногах;

- бег, мяч в руках;
- ходьба на носках, мяч вверх;
- ходьба на пятках;
- ходьба на внутренней стороне стопы; стопы\на внешней стороне стопы;
- приставные шаги правым боком;
- ведение мяча шагом;
- ходьба выпадами лицом;
- бег с мячом в ногах по сигналу тренера;
- ходьба спиной вперед; мяч в руках
- по сигналу быстро остановиться на месте;
- приставные шаги правым боком, левым боком;

#### **4.Методика обучения игре в футбол**

При обучении игре в футбол активизируется двигательная активность детей, [развиваются различные виды движений](#), формируются личностные качества, воспитывается потребность в занятиях физическими упражнениями и спортом.

***Классическую методику по обучению игре в футбол мы адаптировали для использования на занятиях и спортивных досугах с детьми среднего и старшего дошкольного возраста с учётом требований образовательного стандарта.***

Для того чтобы эффективно проводить занятия по обучению игре в футбол, следует подготовить площадку с травяным покрытием размером 24 м x 18 м. Поперёк площадки отмечаются средняя линия и центральный круг диаметром 5 м. Разметка делается мелом или песком. По углам площадки на месте пересечения средней и лицевых линий ставятся флажки. В середине боковых линий ставятся ворота высотой 1,5 м и шириной 2 м. Размеры футбольной площадки можно варьировать в зависимости от имеющихся условий. При обучении детей элементам игры в футбол используется облегчённый мяч меньшего размера, чем для взрослых (лучше волейбольный и не полностью накачанный). Подойдёт также резиновый или пластмассовый мяч среднего диаметра (12—15 см). Если позволяют условия спортивного зала, то обучение можно проводить и в нём.

**В процессе обучения детей элементам техники игры в футбол следует соблюдать определённый порядок их освоения по принципу «от простого — к сложному».**

Последовательное решение конкретных задач по обучению техническим приёмам футбола представляет собой определённую систему взаимодействия педагога и ребёнка, в которой нами условно выделены три этапа.

1. Создать у детей представление об игре в футбол.

Для этого детям предлагается рассмотреть футбольный мяч, ворота, разметку. Можно рассказать им правила игры, попутно задавая вопросы об этом виде спорта. Выявив уровень представлений детей об игре, начинаем углублять их знания о футболе.

2. Обучить удару ногой по мячу.

Удары по мячу ногами составляют основу техники игры. По способу выполнения для дошкольников более доступны удар внутренней стороной стопы, удар носком и удар пяткой. Выделяются две основные фазы движений, общие для всех способов ударов: предварительная (состоит из разбега и постановки опорной ноги) и рабочая (представлена ударным движением и проводкой).

В первую очередь обучаем детей удару носком, так как он самый доступный для дошкольников исходя из особенностей их физического развития и координации движений. Техника выполнения удара носком ноги: выполняется по неподвижному или катящемуся мячу с места или с разбега. Опорная нога ставится сбоку от мяча, а ударная нога в момент замаха согнута в колене. При выполнении удара нога почти выпрямляется. Удар наносится носком в середину мяча. Направление полёта мяча в данном случае влево или вправо.

Затем обучаем удару внутренней стороной стопы. Техника выполнения: опорная нога ставится на расстояние 10—15 см сбоку от мяча. Ударное движение начинается с одновременным сгибанием бедра и поворотом наружу стопы ударной ноги. В момент удара стопа находится строго под прямым углом к направлению полёта мяча.

Техника выполнения удара пяткой: опорная нога ставится на уровне мяча. Бьющая нога при замахе проносится над мячом вперёд и резким движением назад наносится в середину мяча.

При обучении технике ударов используются следующие подводящие упражнения:

- имитация удара без мяча;
- удар с места по неподвижному мячу;
- удар с нескольких шагов по неподвижному мячу;
- удар с разбега по неподвижному мячу;
- удар по неподвижному мячу в стенку, выполняется с расстояния 3—4 шага.
- удар в обозначенные флажками ворота шириной 1 м с расстояния 5—10 шагов;
- удар в цель (кегля или какой-либо предмет) с расстояния 4—6 шагов;
- в парах, на расстоянии 5—6 шагов друг от друга выполнять удары, направляя мяч в сторону партнёра.

### **Освоить технику остановки мяча ногой.**

Основные фазы выполнения остановки мяча ногой. Подготовительная фаза — исходное положение: масса тела переносится на опорную ногу, которая немного согнута в колене для устойчивости. Останавливающая нога выносится навстречу мячу. Рабочая фаза — производится уступающее движение останавливающей ногой, которая несколько расслаблена. Скорость движения ноги постепенно снижается. Завершающая фаза — центр тяжести переносится в сторону останавливающей ноги и мяча. По способу выполнения есть остановка мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Техника остановки мяча: игрок концентрирует внимание на движущемся мяче и выполняет остановку внутренней стороной стопы или подошвой.

#### Подводящие упражнения:

- остановка мяча ногой после удара о стену. Выполнять поочередно левой и правой ногой;
  - упражнения в парах. Дети выполняют удар друг другу и останавливают мяч внутренней стороной стопы или подошвой. Постепенно следует увеличивать расстояние друг от друга;
- в парах, продвигаясь вперёд, выполнять удар партнёру, предварительно остановив мяч одним из приёмов;

### **Сформировать умение вести мяч ногой.**

Выполняется несильными ударами, толчками ногой внешней или внутренней частью стопы с использованием следующих подводящих упражнений:

- ведение мяча по прямой в медленном темпе, при каждом шаге мяч касается ноги;
- ведение мяча по линии круга попеременно левой и правой ногой. Сначала выполнять шагом, затем медленным бегом;
- ведение мяча по коридору (ограничение из кеглей или любых предметов) шириной 1 м. Постепенно уменьшать ширину коридора;
- ведение мяча между предметами, расставленными по прямой линии на расстоянии 50 см друг от друга;
- выполнение ведения произвольно по всей площадке, меняя направление движения и скорость.

Обучение двусторонней игре и элементам тактических действий. Игра проводится по упрощённым правилам, которые надо обязательно объяснить детям перед началом игры и неоднократно напоминать в процессе. Команда состоит из 5—8 человек.

Опыт показывает, что для дошкольников оптимальное время игры составляет 10 минут с перерывом 2—3 минуты. Это обусловлено тем, что во время игры у детей очень высокий психоэмоциональный подъём, поэтому затягивать её не стоит. Перед началом игры проводится жеребьёвка, с помощью которой определяются сторона площадки и начальный удар.

Мяч до начала удара ставится на землю в центре поля. Игроки команд располагаются за линией центрального круга. Игра начинается по сигналу судьи одним из капитанов команд. Он подбегает к мячу, выполняет удар по нему игроку своей команды. Все действия с мячом выполняются только ногами. Руками взять мяч может только вратарь. Кроме того, педагог может сам ввести некоторые ограничения (правила) в соответствии с поставленными задачами на данном этапе обучения.

## Учебно-тематический план

Месяц	Тема занятия	Содержание
Октябрь	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
	Техника ведения мяча	Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 x 2 м). Метание набивного мяча из-за головы (1 кг/см). Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока.
	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.
Ноябрь	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 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, 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».
Декабрь	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.
	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 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»
Январь	Ведение мяча с изменением направления, скоростное ведение	Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. «Вокруг Света» - удар мяча о стену и обратно. Ведение мяча в прямом направлении на скорость. Игр. упр. «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. П/и. «Ловкий оленевод». Игра в футбол.
	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».
Февраль	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 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»
	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.
Март	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 . Введение мяча - челнок. Игр. упр. «Вышло солнце из-за речки», «По кочкам» (прыжки), «Дойди – не урони» - ведение мяча в средней и высокой стойке до черты. П/и.: «Успей поймать!». М/п игра «Ухо-лоб-нос».
	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 «Колобок». П/игра «У кого меньше мячей». Игра в футбол.перешагиванием через набивные мячи.
Апрель	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.
	умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра	Беседа: умей нападать, умей защищаться. Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3на3
	Школа мяча	Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м). Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока
Май	Ознакомление с обманными движениями	Ознакомление с обманными движениями. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. П/ игры «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол.
	Ведение с обманными движениями	Ведение мяча с обманными движениями. Передача мяча в парах. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. П/игра «Отбивка оленей». М/п игра «Жучок на спине» – формирование правильной осанки.
	Ведение с ударом	Ведение с ударом по воротам. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. П/игра «Кого назвали – тот и ловит мяч». Игра в футбол.
	Ведение с дальнейшей передачей мяча партнеру	Ведение и передача. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. П/ игры «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол.
	простейшие правила игры	Беседа: простейшие правила игры. Вспомнить основные элементы техники игры. Игра в футбол
Июнь	Как избежать травматизма?	Беседа: как избежать травматизма. Ведение мяча по прямой,

		змейкой. Удары в цель. Игра в футбол.
	Школа мяча	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).
	Школа мяча	Перебрасывание мяча друг другу стоя способ снизу (расстояние 3-4 м). Метание малого мяча вдаль правой и левой рукой. Игр. упр.: «Подскок», «Толкни – поймай». П/и.: «Воевода». Игра в футбол.
	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 футбол.

## Список литературы

### 1.Список литературы для педагога:

- 1.Бриль.М.С. Отбор в спортивных играх. - М.: ФиС, 1980.
2. Гагаева Г.М. Психология футбола. –М .: ФиС 1969
3. Ганади А. Футбол: стратегия. –Москва: ФиС , 1981.
4. Гриндлер К. и др. Техника и тактическая подготовка футболистов. –М.: ФиС 1976
5. Единая Всероссийская классификация.-Москва, 2007
6. Короткова И.М. Подвижные игры в занятиях спортом.\_ М.: ФиС 1981
7. Футбол : учебное пособие для тренеров.\ под общей редакцией Савина С.А.\Москва.: ФиС 1969

### 2. Список литературы для детей:

- 1.Лесик А., Шелкин Л Все о футболе. Энциклопедия-М
2. Лукашин Ю.энциклопедия юного футболиста. Я учусь играть в футбол.-М. 2016
- 3.Малов В. Тайны знаменитых футболистов .-М.: АСТ-Пресс,2016
4. Петр Нилендр. Футбол. Зачем? Отчего? Почему?-М.: АСТ 2013
5. Рэнджер Кир. Мировой футбол.-С-Пб 2015
6. Хан Петри. Футбол \Все обо всем.-М.: АСТРЕЛЬ.2014

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 27 ГОРОДА КУЗНЕЦКА**, Риль Наталья  
Анатольевна, Заведующий

15.12.23 13:29 (MSK)

Сертификат 1E5D8450D1166161B0E914671C56AE32