

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростов-на-Дону «Детский сад № 55»
(МБДОУ № 55)

ПРИНЯТО:

На педагогическом совете

МБДОУ № 55

Протокол №1 от 29.08.2025_____.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ № 55

_____ Е.В.Седова

Приказ №169-0 от 29.08.2025г.

ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ФУТБОЛ»
(«Тренировка юных футболистов»)

ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ

Срок реализации программы: 9 месяцев

Количество часов – 72 часов

Возрастная категория: от 3-7 лет

Вид программы: модифицированная

Седова Елена
Владимировна

Подписано

цифровой

подписью:

Седова Елена

Владимировна

Дата: 2025.10.22

03:23:27 +03'00'

Составитель педагог:

Чернов А.В.

Ростов-на-Дону
2025г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тренировка юных футболистов» разработана согласно требованиям следующих документов:

- Федерального Закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 09 ноября 2018г. №196 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию (Распоряжение Комитета по образованию от 01.03.2017г. №617-р).

Футбол – наиболее популярная и массовая игра у детей и юношей. Он помогает воспитывать такие морально-волевые качества как целеустремлённость и дисциплинированность, выдержку и самообладание, коллективизм, а также развивать и совершенствовать основные двигательные способности: быстроту и точность движений, ловкость, силу, выносливость, координацию. Огромная популярность футбола позволяет широко использовать эту игру как действенное средство физического развития и воспитания детей и подростков.

Направленность

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тренировка юных футболистов» реализуется для детей от 3 до 7 лет, имеет физкультурно- спортивную направленность и углубленный уровень освоения.

Актуальность программы

Актуальность программы заключается в том, что она отвечает запросам учащихся и родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровье сберегающее воздействие посредством занятий футболом.

Разумное использование резервов игровой двигательной активности - подвижных, оздоровительных игр и игровых упражнений, спортивные игры (в данном случае футбол) является инструментом действенного снижения негативных последствий учебной перегрузки. Увеличение уровня ежедневной двигательной активности детей и подростков, совершенствование их физических и интеллектуальных способностей, повышение психоэмоциональной устойчивости и адаптационных резервов организма, в конечном счете, должно способствовать сохранению и укреплению здоровья.

Отличительные особенности программы

Важнейшей составляющей педагогического процесса становится личностно-ориентированный и компетентностный подход. Предлагаемая программа предполагает ознакомление учащихся с техникой и тактикой игры в футбол, индивидуально-

групповыми, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры. Учебный материал программы представлен в разделах, отражающих различные виды подготовки учащихся: физическую (общую и специальную), технико-тактическую. Разделы содержат материалы, реализация которых формирует у учащихся общую культуру движений, укрепляет здоровье, содействует развитию умений, развивает основные физические качества, формирует и развивает жизненно-важные двигательные навыки и умения. Специальные упражнения позволяют избирательно решать задачи обучения в отдельных элементах техники, их вариативности, различных связок и фрагментов игровой деятельности.

Отличительные особенности программы состоят в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивировании уникальности личности учащихся, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством спортивной деятельности по интересам.

Программа реализуется с учетом возрастных особенностей детей, физического развития и функциональных возможностей детского организма

Объем и сроки реализации программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» реализуется:

С февраля по май, по 8 занятий в месяц.

Цель программы

Целью программы являются:

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- создание фундамента физической и функциональной подготовленности, позволяющего успешно осваивать элементы техники и тактики футбола;
- формирование мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Задачи программы Обучающие:

- обучить основам техники игры в футбол;
- сформировать систему теоретических сведений о врачебном контроле, гигиенических нормах;
- познакомить с правилами игры в футбол.

Развивающие:

- пробудить интерес к занятиям спортом, в частности футболом;
- развивать волевые качества учащихся: дисциплинированность, смелость, силу,

терпеливость, целеустремленность и др.;

- развивать эстетическое восприятие и творческое воображение.

Воспитательные:

- создать условия для воспитания у учащихся трудолюбия, аккуратности, приобщить воспитанников к здоровому образу жизни;
- воспитывать морально-нравственные качества;
- формировать культуру общения, навыки работать в группе, воспитывать чувство патриотизма.

Условия реализации программы

Данная программа ориентирована на детей от 3 до 7 лет без специальной подготовки. Принимаются все желающие, имеющие медицинский доступ. Для успешной реализации программы и достижения максимальных результатов рекомендуется начинать с 3 летнего возраста, так как идет формирование мышечной системы. Группы формируются по возрастным критериям.

В группу 1 года обучения принимаются дети в возрасте от 3-4 лет. При наборе, основываясь на методе педагогического наблюдения, в основном, уделяется внимание физическим данным.

В группу 2 года обучения принимаются дети в возрасте 4-5 лет, освоившие программу 1 года обучения и дети, сдавшие контрольно-переводные нормативы при поступлении один раз в год.

В группу 3 года обучения принимаются дети в возрасте 5-6 лет, освоившие программу 2 года обучения и дети, сдавшие контрольно-переводные нормативы при поступлении один раз в год.

В группу 4 года обучения принимаются дети в возрасте от 6-7 лет, освоившие программу 3 года обучения и дети, сдавшие контрольно-переводные нормативы при поступлении один раз в год.

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

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

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

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

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

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

Количество учебных часов в неделю:

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

Ожидаемые результаты работы:

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

Формы занятий:

- традиционное занятие;
- учебно-тренировочное занятие;
- игра;
- турнир;

- товарищеская встреча;
- соревнование.

Формы организации деятельности учащихся на занятиях:

- групповая;
- индивидуально-групповая;
- коллективная.

Методы проведения занятий

При реализации настоящей программы используются следующие методы обучения.

- Словесные методы:
- беседа;
- анализ тренировочной и соревновательной деятельности;
- самоанализ;
- разбор игры (игровых эпизодов).
- Наглядные методы:
- показ иллюстраций, видеоматериалов;
- наглядный показ педагогом;
- Практические методы:
- соревновательный метод;
- метод тренировочной нагрузки (интервальный, равномерный, переменный);
- Игровые методы
- игры.

Материально-техническое обеспечение программы

Места для занятий: пришкольный стадион, оборудованный футбольными воротами, спортивный зал, оборудованный футбольными воротами, гимнастическими стенками, скамейками.

Спортивный инвентарь: футбольные мячи (для каждого футболиста); футбольная форма (игровая и тренировочная).

Планируемые результаты

Личностные результаты: освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаются в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявляют аккуратность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- стремление вести здоровый образ жизни;
- проявляют морально-нравственные качества;
- сформирована культура общения, навыки работать в группе, чувство патриотизма.

Метапредметные результаты: освоения учащимися содержания программы являются следующие способности и умения:

- технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- интерес к занятиям спортом, в частности футболом;
- развитие волевых качеств учащихся: дисциплинированность, смелость, силу, терпеливость, целеустремлённость и др.,
- эстетическое восприятие игры в футбол;

Предметные результаты: освоения учащимися содержания программы являются следующие знания, умения и навыки:

- знание основ техники игры в футбол,
- имеют представление о врачебном контроле, гигиенических нормах,
- знакомство с правилами игры в футбол,
- умение бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

Учебный план 1-го года обучения

/п	Название раздела и темы
	Вводное занятие
	Общая физическая подготовка
	Специальная физическая подготовка
	Техника
	Тактика
	Тестирование
	Участие в соревнованиях
	Итоговое занятие
	Итого

Учебный план 2-го года обучения

/п	Название раздела и темы
	Вводное занятие
	Общая физическая подготовка
	Специальная физическая подготовка
	Техника
	Тактика
	Тестирование
	Участие в соревнованиях
	Итоговое занятие
	Итого

Учебный план 3-го года обучения

№ п/п	Название раздела и темы
1	Вводное занятие
2	Общая физическая подготовка
3	Специальная физическая подготовка
4	Техника
5	Тактика
6	Тестирование
7	Участие в соревнованиях
8	Итоговое занятие
9	Итого

Учебный план 4-го года обучения

№ п/п	Название раздела и темы
1	Вводное занятие
2	Общая физическая подготовка
3	Специальная физическая подготовка
4	Техника
5	Тактика
6	Тестирование
7	Участие в соревнованиях
8	Итоговое занятие
9	Итого

Рабочая программа 1-го года обучения

Задачи 1го года обучения

Обучающие:

- обучить основам техники игры в футбол
- сформировать систему теоретических сведений о врачебном контроле, гигиенических нормах.
- познакомить с правилами игры в футбол

Развивающие:

- пробудить интерес к занятиям спортом, в частности футболом
- развивать волевые качества учащихся: дисциплинированность, смелость, силу, терпеливость, целеустремлённость и др.,
- развивать эстетическое восприятие и творческое воображение.

Воспитательные:

- создать условия для воспитания у учащихся трудолюбия, аккуратно сти, приобщить воспитанников к здоровому образу жизни
- воспитывать морально-нравственные качества
- формировать культуру общения, навыки работать в группе, воспитывать чувство патриотизма.

Планируемые результаты 1 года обучения

Личностные результаты:

- умение активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявляют аккуратность, трудолюбие ;
- сформирована культура общения, навыки работать в группе,

Метапредметные результаты:

- технически правильно выполняют двигательные действия,
- интерес к занятиям спортом, в частности футболом,
- развитие волевых качеств: дисциплинированности, смелости, силы, терпеливости,

Предметные результаты:

По окончании 1 года обучения учащиеся **знают**:

1. Теоретическая подготовка:

- о развитии футбола в России. Российские соревнования по футболу - Чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в Международных соревнованиях,
- гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу.
- значение всесторонней физической подготовки.

По окончании обучения учащиеся **умеют**:

- Техническая подготовка:

–удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному мячу.

–остановка мяча. Остановка летящего мяча подошвой.

- ведение мяча (дриблинг),
- обманные движения (финты),
- отбор мяча,
- вбрасывание мяча из аута с места.
- Тактическая подготовка:
 - тактика нападения - индивидуальные (открывание и выход на мяч),
 - тактика защиты - индивидуальные («закрывание» соперника, «перехват», отбор мяча).

Содержание изучаемого курса 1 года обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория: Рассказ об истории мирового футбола и историю развития российского футбола, правилах этой игры. Беседа об гигиенических основах режима учёбы, отдыха и занятий спортом; значение всесторонней физической подготовки; как осуществлять самоконтроль за состоянием организма и уметь выполнять его. Рассказ о строении и функциях организма человека. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

Информация о расписании, форме для занятий, знакомство с правилами поведения в спортивном зале. Знакомство с целями и задачами программы 1 года обучения. Правила приёма и перевода на следующий год обучения.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Теория: Знакомство с понятием «общая физическая подготовка» - цели, задачи.

Знакомство с комплексом упражнений.

Практика: Строевые упражнения; общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; прыжки; лазание; подвижные игры; эстафеты; комплексы гимнастических упражнений - в положении стоя, сидя, на коленях, лежа; упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки).

Раздел 3. Специальная физическая подготовка

Теория: Знакомство с понятием «специальная физическая подготовка», цели, задачи.

Основные понятия – быстрота, ловкость, координация движений.

Практика: упражнения для развития быстроты, упражнения для развития ловкости, упражнения на развитие координации движений.

Раздел 4. Техника

Теория: Знакомство с понятием «техническая подготовка» - цели, задачи; основные понятия – ведение мяча, передача мяча, дриблинг, финты, остановка мяча.

Практика:

- **Удары по мячу ногой.** Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному.
- **Остановка мяча.** Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней частью стопы; ведение мяча (дриблинг). Обводка стоек;
- **Обманные движения** (финты);
- **Техника передвижений.** Приставной шаг. Перемещение спиной вперёд. Бег.

Раздел 5. Тактика

Теория: Знакомство с понятием «тактическая подготовка» - цели, задачи. Основные понятия – «тактика нападения», «тактика защиты», индивидуальные действия в игре. Взаимодействие.

Практика: тактика нападения – индивидуальные действия (открытие и выход на мяч); тактика защиты – индивидуальные действия (перехват мяча).

Раздел 6. Тестирование

Теория: ознакомление с нормативами, соответствующими данной возрастной группы.

Практика: приём нормативов.

Раздел 7. Участие в соревнованиях

Теория: Инструктаж по ТБ

Практика: Участие в соревнованиях разного уровня. Анализ игры.

Раздел 8. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов учебного года для воспитанников и родителей. Планы и перспективы на следующий учебный год.

Рабочая программа 2-го года обучения

Задачи 2го года обучения

Обучающие:

- Продолжить обучение основам техники игры в футбол
- продолжить формировать систему теоретических сведений о врачебном контроле, гигиенических нормах.
- продолжить знакомить с правилами игры в футбол,

Развивающие:

- пробудить интерес к занятиям спортом, в частности футболом
- развивать волевые качества учащихся: дисциплинированность, смелость, силу, терпеливость, целеустремлённость и др.,
- развивать эстетическое восприятие и творческое воображение.

Воспитательные:

- создать условия для воспитания у учащихся трудолюбия, аккуратности, и, приобщить воспитанников к здоровому образу жизни
- воспитывать морально-нравственные качества
- формировать культуру общения, навыки работать в группе, воспитывать чувство патриотизма

Планируемые результаты 2 года обучения

Личностные результаты:

- умение активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Метапредметные результаты:

- умение анализировать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- интерес к занятиям спортом, в частности футболом,
- развитие волевых качеств: дисциплинированности, смелости, силы, терпеливости,

Предметные результаты:

По окончании 2 года обучения учащиеся **знают:**

- Теоретическая подготовка:
 - развитие футбола в России. Российские соревнования по футболу - Чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в Международных соревнованиях.
 - сведения о строении и функциях организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся.
 - гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу.
 - значение всесторонней физической подготовки.
 - основные правила игры.

По окончании обучения учащиеся **умеют:**

- Техническая подготовка:
 - удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Выполнение ударов на точность
 - удары по мячу головой. Удары средней и боковой частью лба без прыжка. Удары головой на точность без сопротивления с места.
 - остановка мяча. Остановка летящего мяча подошвой, внутренней частью стопы.
 - ведение мяча (дриблинг). Обводка противодействующих соперников (единоборства).
 - обманные движения (финты).
 - отбор мяча.
 - вбрасывание мяча из аута с места.
- Тактическая подготовка:
 - тактика нападения - индивидуальные (открывание и выход на мяч), групповые (комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча») и командные (взаимодействие при атаке флангом и через центр) действия.
 - тактика защиты - индивидуальные («закрывание» соперника, «перехват», отбор мяча), групповые (взаимодействие в обороне, противодействие комбинациям), и командные («зональная защита») действия.

Содержание изучаемого курса 2 года обучения

Раздел1. Вводное занятие

Теория: Рассказ о программе, перспективы, расписание, условия занятий. Цели и задачи курса. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел2. Общая физическая подготовка

Теория: понятие «общая физическая подготовка» - цели, задачи. Беседа: гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом; значение всесторонней физической

подготовки; техника безопасности на занятиях, сведения о строении и функциях организма; влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся. Практика: строевые упражнения; общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; прыжки; лазание; подвижные игры; эстафеты; комплексы гимнастических упражнений - в положении стоя, сидя, на коленях, лежа; упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки).

Раздел3. Специальная физическая подготовка

Теория: Понятие «специальная физическая подготовка», цели, задачи. Основные понятия – быстрота, ловкость, координация движений.

Практика: Упражнения для развития быстроты; упражнения для развития ловкости; упражнения на развитие координации движений.

Раздел4. Техника

Теория: Понятие «техническая подготовка» - цели, задачи; основные понятия – ведение мяча, передача мяча, дриблинг, финты, остановка мяча; техника игры вратаря.

Практика: *Удары по мячу ногой*: Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Выполнение ударов на точность; удары по мячу головой. Удары средней и боковой частью лба без прыжка. Удары головой на точность без сопротивления с места; *остановка мяча*. Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней частью стопы; ведение мяча (дриблинг). Обводка стоек; *обманные движения* (финты); Техника игры вратаря - ловля мяча, отбивание мяча; *техника передвижений вратаря*: - приставной шаг, перемещение спиной вперёд, бег.

Раздел5. Тактика

Теория: понятие «тактическая подготовка» - цели, задачи. Основные понятия – «тактика нападения», «тактика защиты», индивидуальные и командные действия в игре. Взаимодействие.

Практика: тактика нападения – индивидуальные действия (открывание и выход на мяч); тактика защиты – индивидуальные действия (перехват мяча); тактика игры вратаря.

Раздел6. Тестирование

Теория: ознакомление с нормативами, соответствующими данной возрастной группы. Практика: приём нормативов.

Раздел 7. Участие в соревнованиях

Теория: Инструктаж по ТБ на соревнованиях. Практика: Участие в соревнованиях.

Раздел8. Итоговое занятие

Теория: подведение итогов учебного года. Планы и перспективы на следующий учебный год. Вечер подведения итогов учебного года для учащихся и родителей.

Рабочая программа 3-го года обучения

Задачи 3го года обучения

Обучающие:

- Совершенствовать основы техники игры в футбол,

- продолжить формировать систему теоретических сведений о врачебном контроле, гигиенических нормах,
- продолжить знакомить с правилами игры в футбол,
- продолжить обучать основам тактики;

Развивающие:

- закрепить интерес к занятиям спортом, в частности футболом
- продолжить развивать волевые качества учащихся: дисциплинированность,

смелость, силу, терпеливость, целеустремлённость и др.,

- развивать эстетическое восприятие и творческое воображение.
- Определить игровые наклонности юных футболистов;

Воспитательные:

- создать условия для воспитания у учащихся трудолюбия, аккуратно сти, приобщить воспитанников к здоровому образу жизни
- продолжить воспитывать морально-нравственные качества
- формировать культуру общения, навыки работать в группе, воспитывать чувство патриотизма
- продолжить воспитывать коллективизм, ощущение команды.

Планируемые результаты 3 года обучения

Личностные результаты:

- умение активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Метапредметные результаты:

- умение анализировать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

Предметные результаты:

По окончании 3 года обучения учащиеся **знают**:

1. Теоретическая подготовка:

- развитие футбола в России. Российские соревнования по футболу - Чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в Международных соревнованиях.
- сведения о строении и функциях организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся,
- гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу,
- значение всесторонней физической подготовки,
- основные правила игры,
- основы индивидуальных тактических действий; По

окончании обучения учащиеся **умеют**:

- Техническая подготовка:
- удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Выполнение ударов на точность

- удары по мячу головой. Удары средней и боковой частью лба без прыжка. Удары головой на точность без сопротивления с места.
 - остановка мяча. Остановка летящего мяча подошвой, внутренней частью стопы.
 - ведение мяча (дриблинг). Обводка противодействующих соперников (единоборства).
 - обманные движения (финты).
 - отбор мяча.
 - вбрасывание мяча из аута с места.
-
- Разыгрывание мяча с центра.
 - Тактическая подготовка:
 - тактика нападения - индивидуальные (открытие и выход на мяч), групповые (комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча») и командные (взаимодействие при атаке флангом и через центр) действия.
 - тактика защиты - индивидуальные («закрывание» соперника, «перехват», отбор мяча), групповые (взаимодействие в обороне, противодействие комбинациям), и командные («зонная защита») действия.
 - тактические «уловки» розыгрыша мяча с центра.

Содержание изучаемого курса 3 года обучения

Раздел1. Вводное занятие

Теория: Рассказ о программе, перспективы, расписание, условия занятий. Цели и задачи курса. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел2. Общая физическая подготовка

Теория: понятие «общая физическая подготовка» - цели, задачи. Беседа: гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом; значение всесторонней физической подготовки; техника безопасности на занятиях, сведения о строении и функциях организма; влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся.

Практика: строевые упражнения; общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; прыжки; лазание; подвижные игры; эстафеты; комплексы гимнастических упражнений - в положении стоя, сидя, на коленях, лежа; упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки).

Раздел3. Специальная физическая подготовка

Теория: Понятие «специальная физическая подготовка», цели, задачи. Основные понятия – быстрота, ловкость, координация движений.

Практика: Упражнения для развития быстроты; упражнения для развития ловкости; упражнения на развитие координации движений.

Раздел4. Техника

Теория: Понятие «техническая подготовка» - цели, задачи; основные понятия – ведение мяча, передача мяча, дриблинг, финты, остановка мяча; техника игры вратаря.

Практика: *Удары по мячу ногой*: Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Выполнение ударов на точность; удары по мячу головой. Удары средней и боковой частью лба без прыжка. Удары головой на точность без сопротивления с места; *остановка мяча*. Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней частью стопы; ведение мяча (дриблинг). Обводка стоек; *обманные движения* (финты); Техника игры вратаря - ловля мяча, отбивание мяча; *техника передвижений вратаря*: - приставной шаг, перемещение спиной вперёд, бег.

Раздел 5. Тактика

Теория: понятие «тактическая подготовка» - цели, задачи. Основные понятия – «тактика нападения», «тактика защиты», индивидуальные и командные действия в игре. Взаимодействие.

Практика: тактика нападения – индивидуальные действия (открывание и выход на мяч); тактика защиты – индивидуальные действия (перехват мяча); тактика игры вратаря.

Раздел 6. Тестирование

Теория: ознакомление с нормативами, соответствующими данной возрастной группы.

Практика: приём нормативов.

Раздел 7. Участие в соревнованиях

Теория: Инструктаж по ТБ на соревнованиях. Практика:

Участие в соревнованиях.

Раздел 8. Итоговое занятие

Теория: подведение итогов учебного года. Планы и перспективы на следующий учебный год. Вечер подведения итогов учебного года для учащихся и родителей.

Рабочая программа 4-го года обучения

Задачи 4-го года обучения

Обучающие:

- обучить основам техники игры в футбол
- сформировать систему теоретических сведений о врачебном контроле, гигиенических нормах.
- познакомить с правилами игры в футбол

Развивающие:

- пробудить интерес к занятиям спортом, в частности футболом
- развивать волевые качества учащихся: дисциплинированность, смелость, силу, терпеливость, целеустремлённость и др.,
- развивать эстетическое восприятие и творческое воображение.

Воспитательные:

- создать условия для воспитания у учащихся трудолюбия, аккуратно сти, приобщить воспитанников к здоровому образу жизни
- воспитывать морально-нравственные качества
- формировать культуру общения, навыки работать в группе, воспитывать чувство патриотизма.

Планируемые результаты 4 года обучения

Личностные результаты:

- умение активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявляют аккуратность, трудолюбие
- сформирована культура общения, навыки работать в группе
- проявление патриотизма

Метапредметные результаты:

- технически правильно выполняют двигательные действия,
- интерес к занятиям спортом, в частности футболом,
- развитие волевых качеств: дисциплинированности, смелости, силы, терпеливости

Предметные результаты:

По окончании 4 года обучения, учащиеся **знают**:

1. Теоретическая подготовка:

- о развитии футбола в России. Российские соревнования по футболу - Чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в Международных соревнованиях,
- гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом
- Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу.
- значение всесторонней физической подготовки.

По окончании обучения, учащиеся **умеют**:

- Техническая подготовка:
- удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному мячу.
- остановка мяча. Остановка летящего мяча подошвой.
- ведение мяча (дриблинг),
- обманные движения (финты), финт «улитка»
- отбор мяча,
- вбрасывание мяча из аута с места и в движении
- Тактическая подготовка:
- тактика нападения - индивидуальные (открывание и выход на мяч), групповые перемещения
- тактика защиты - индивидуальные («закрывание» соперника, «перехват», отбор мяча).

Содержание изучаемого курса 4 года обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория: Рассказ об истории мирового футбола и историю развития российского футбола, правилах этой игры. Беседа об гигиенических основах режима учёбы, отдыха и занятий спортом; значение всесторонней физической подготовки; как осуществлять самоконтроль за состоянием организма и уметь выполнять его. Рассказ о строении и функциях организма человека. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

Информация о расписании, форме для занятий, знакомство с правилами поведения в спортивном зале. Знакомство с целями и задачами программы 1 года обучения. Правила приёма и перевода на следующий год обучения.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Теория: Знакомство с понятием «общая физическая подготовка» - цели, задачи.

Знакомство с комплексом упражнений.

Практика: Строевые упражнения; общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; прыжки; лазание; подвижные игры; эстафеты; комплексы гимнастических упражнений - в положении стоя, сидя, на коленях, лежа; упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки).

Раздел 3. Специальная физическая подготовка

Теория: Знакомство с понятием «специальная физическая подготовка», цели, задачи.

Основные понятия – быстрота, ловкость, координация движений.

Практика: упражнения для развития быстроты, упражнения для развития ловкости, упражнения на развитие координации движений.

Раздел 4. Техника

Теория: Знакомство с понятием «техническая подготовка» - цели, задачи; основные понятия – ведение мяча, передача мяча, дриблинг, финты, остановка мяча.

Практика:

- **Удары по мячу ногой.** Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному.
- **Остановка мяча.** Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней частью стопы; ведение мяча (дриблинг). Обводка стоек;
- **Обманные движения (финты);**
- **Техника передвижений.** Приставной шаг. Перемещение спиной вперёд. Бег.

Раздел 5. Тактика

Теория: Знакомство с понятием «тактическая подготовка» - цели, задачи. Основные понятия – «тактика нападения», «тактика защиты», индивидуальные действия в игре. Взаимодействие.

Практика: тактика нападения – индивидуальные действия (открывание и выход на мяч); тактика защиты – индивидуальные действия (перехват мяча).

Раздел 6. Тестирование

Теория: ознакомление с нормативами, соответствующими данной возрастной группы.

Практика: приём нормативов.

Раздел 7. Участие в соревнованиях

Теория: Инструктаж по ТБ

Практика: Участие в соревнованиях разного уровня. Анализ игры.

Раздел 8. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов учебного года для учащихся и родителей. Планы и перспективы на следующий учебный год.

• Учебно – тематический план

С детьми 3 – 4 лет

№ п/п	Содержание деятельности
1.	Разные виды ходьбы, бега, прыжков
2.	Ходьба и бег за катящимся мячом
3.	Удар ногой по неподвижному мячу
4.	Ведение мяча
5.	Остановка движущегося мяча
6.	Удар по воротам

С детьми 4 – 5 лет

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

С детьми 5 – 6 лет

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

С детьми 6 – 7 лет

№ п/п	Содержание деятельности
1.	Разные виды ходьбы, бега, прыжков
2.	Ходьба и бег за катящимся мячом
3.	Удар по мячу ногами
4.	Остановка мяча
5.	Ведение мяча и передача друг другу
6.	Удар по воротам
7.	Игра вратаря

8. Игровое взаимодействие

• Содержание программы Младшая группа (3 – 4 года)

Задачи:

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

Месяц	№ занятия	Задачи
Февраль	1	• Познакомить с условиями и элементарными правилами игры в футбол. Упражнять в ходьбе и беге по периметру зала, в постановке ноги на мяч, ударе по неподвижно лежащему мячу. • Развивать ориентировку в пространстве. • Воспитывать интерес к игре в футбол.
	2	• Упражнять в беге и прыжках, в постановке ноги на мяч, ударе по неподвижно лежащему мячу. • Развивать внимание, умение действовать по сигналу. • Воспитывать уверенность в своих силах.
	3	• Продолжать знакомить с элементарными техническими приемами игры в футбол (удар по неподвижному мячу, остановка мяча). • Развивать координацию, точность движений. • Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	4	• Упражнять в прокатывании мяча ногой и остановке его по сигналу, ударном движении (без мяча). • Развивать внимание, умение действовать по сигналу. • Воспитывать активность при выполнении упражнений
	5	• Упражнять в прокатывании мяча ногой и остановке его, ударе по неподвижному мячу, в беге за мячом. • Развивать ловкость, быстроту. • Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	6	• Упражнять в ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, ударе ногой по неподвижному мячу. • Развивать координацию движений, ориентировку в пространстве. • Воспитывать интерес к играм с мячом.
	7	• Упражнять в ведении мяча ногой до противоположной линии, беге за мячом. • Развивать ловкость, быстроту. • Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	8	• Упражнять в прокатывании мяча ногой и остановке его, в беге за мячом, ударе по неподвижному мячу. • Развивать технику ходьбы, бега. • Воспитывать активное отношение к действиям с мячом..
		Итого (октябрь): 1 час

М а р т	1	- Познакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, остановке мяча ногой, ударе по неподвижно лежащему мячу в ворота. - Развивать ориентировку в пространстве. - Воспитывать интерес к упражнениям с мячом.
	2	- Формировать представления об элементарных технических приемах игры в футбол: упражнять в ведении мяча по прямой, со сменой направления, остановке мяча, ударе по неподвижно лежащему мячу. - Развивать координацию движений, выносливость. - Воспитывать желание добиться результата.
	3	- Упражнять в ведении мяча по прямой, остановке ногой, попадании в ворота. - Развивать глазомер, точность. - Воспитывать интерес к спортивным играм.
	4	- Упражнять в ведении мяча в разных направлениях со сменой направления по сигналу. - Развивать внимание, реакцию на сигнал, ориентировку в пространстве.

	5	- Упражнять детей в прокатывании и остановке мяча правой и левой ногой. - Развивать ловкость, координацию движений. - Воспитывать желание добиться результата.
	6	- Упражнять детей в прокатывании мяча друг другу по прямой, остановке его ногой. - Развивать быстроту, глазомер. - Воспитывать чувство товарищества.
	7	- Упражнять детей в направлении удара по мячу внутренней стороной стопы. - Развивать ловкость, координацию движений. - Воспитывать уверенность в своих силах.
	8	- Упражнять в прокатывании мяча друг другу по прямой, остановке его ногой, в ударе по мячу внутренней стороной стопы. - Развивать ловкость, ориентировку в пространстве. - Воспитывать интерес к двигательной деятельности.

Итого (декабрь): 1 час

А п р е л ь	1	- Упражнять в ударах по неподвижному мячу ногой внутренней стороной стопы, в прокатывании мяча друг другу по прямой. - Развивать ловкость, внимание. - Воспитывать интерес к спортивным играм.
	2	- Упражнять в ударах по неподвижному мячу в ворота, передаче мяча друг другу в парах. - Развивать координацию движений. - Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	3	- Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой по прямой, между стойками, со сменой направления. - Развивать ловкость, ориентировку в пространстве зала. - Воспитывать чувство товарищества.
	4	- Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой в заданном направлении, ударах мяча о стенку внутренней стороной стопы. - Развивать ловкость, быстроту, глазомер. - Воспитывать уверенность в своих силах.
	5	- Упражнять в ведении мяча ногой с изменением темпа и направления. - Развивать ориентировку в пространстве зала. - Воспитывать смелость, решительность.

	6	- Упражнять в умении догонять и останавливать мяч ногой. - Развивать внимание, быстроту, ловкость. - Воспитывать интерес к спортивным играм.
	7	- Упражнять в элементарных тактико – технических действиях с мячом: ведение и остановка мяча, удары по мячу. - Развивать внимание, быстроту реакции. - Воспитывать уверенность в своих силах.
	8	- Упражнять в ведении и остановке мяча ногой, ударах по неподвижному мячу в ворота и стенку. - Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на поле. - Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.
Май	1	- Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой со сменой направления, остановке мяча, удара по воротам. - Развивать координацию движений.

1	- Упражнять в ударах по неподвижному мячу по воротам, передаче мяча друг другу в парах. - Развивать быстроту, ловкость. - Воспитывать волевые качества.
2	- Упражнять в остановке движущегося мяча, ударах по катящемуся мячу. - Развивать ловкость, координацию движений. - Воспитывать уверенность в своих силах.
3	- Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой по сигналу. - Развивать ловкость, ориентировку в пространстве зала. - Воспитывать дружеские взаимоотношения.
4	- Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал, ударе по мячу, передаче мяча друг другу в парах. - Развивать ловкость, координацию движений. - Воспитывать интерес к игре с мячом.
5	- Упражнять в ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, передаче мяча друг другу в парах. - Развивать ловкость, глазомер. - Воспитывать дружеские взаимоотношения.
6	- Упражнять в ведении мяча по прямой, между стойками, вокруг конусов. - Развивать ориентировку в пространстве зала. - Воспитывать уверенность в своих силах.
7	- Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой мяча ногой по сигналу. - Развивать координацию движений. - Воспитывать чувство партнерства.
8	- Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой, забивании мяча в ворота. - Развивать ориентировку на поле, глазомер. - Воспитывать активность в игре.

Средняя группа (4 – 5 лет)

Задачи:

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

Месяц	№ занятия	Задачи
Февраль	1	• Познакомить с правилами игры в футбол. Упражнять в ходьбе и беге змейкой, ведении мяча ногой. • Развивать ловкость, быстроту, внимание. • Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.
	2	• Упражнять в игре с мячом в парах. Упражнять в беге и прыжках, умении действовать по сигналу. • Развивать внимание, глазомер. • Воспитывать уверенность в своих силах.
	3	• Познакомить с элементами техники игры в футбол (удары по неподвижному мячу, остановка мяча, удар по воротам). • Развивать координацию, точность движений, выносливость. • Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	4	• Упражнять в прокатывании мяча ногой, соизмеряя удары по мячу, ударном движении (без мяча). • Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. • Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	5	• Упражнять в перекатывании мяча друг другу, отбивая его поочередно правой и левой ногой, ударять по неподвижному мячу, упражнять в беге за мячом. • Развивать ловкость, быстроту, глазомер. • Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	6	• Упражнять в ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, ударе ногой по неподвижному мячу • Развивать координацию движений, глазомер. • Воспитывать интерес к играм с мячом.
	7	• Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой до противоположной линии, беге за мячом. • Развивать ловкость, быстроту, внимание. • Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	8	• Отрабатывать действия с мячом на месте и в движении, упражнять в остановке мяча ногой, ударе мяча по воротам. • Развивать технику ходьбы, бега. • Воспитывать желание играть вдвоем.
Март	1	• Познакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, вокруг обруча, остановке мяча ногой. • Развивать ловкость. • Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	2	• Формировать представления об элементах техники игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, между конусами, вокруг обруча, остановке мяча ногой.

	• Развивать координацию движений, выносливость. • Воспитывать желание играть вдвоем, втроем.
3	• Упражнять в ведении мяча по прямой, остановке ногой, попадании в ворота. • Развивать глазомер, точность. • Воспитывать интерес к спортивным играм.
4	• Упражнять в ведении мяча вокруг ног, ведении и остановке мяча в разных направлениях по сигналу. • Развивать внимание, глазомер. • Воспитывать уверенность в своих силах.

	5	• Упражнять в прокатывании мяча правой и левой ногой, попадании им в корзину. • Развивать ловкость, быстроту. • Воспитывать уважение друг к другу.
	6	• Упражнять в прокатывании мяча друг другу по прямой между флажками, со измерением силы удара, передаче мяча. • Развивать быстроту, глазомер. • Воспитывать чувство товарищества.
	7	• Упражнять детей в направлении удара по мячу внутренней стороной стопы. • Развивать ловкость, ориентировку в пространстве. • Воспитывать уверенность в своих силах.
	8	• Закреплять умение прокатывать мяч, играя в парах, со стенкой. • Развивать ловкость, глазомер. • Воспитывать интерес к двигательной деятельности.
А п р е л ь	1	• Упражнять в ударах по неподвижному мячу ногой (серединой подъема, внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы), продолжать учить играть в парах. • Развивать ловкость, быстроту, внимание. • Воспитывать интерес к спортивным играм.
	2	• Упражнять в ударах по неподвижному мячу с разбега, игре в парах. • Развивать ловкость, быстроту, внимание. • Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	3	• Упражнять в ведении мяча правой ногой, в силе удара ногой. • Развивать ловкость, меткость, ориентировку на поле. • Воспитывать чувство товарищества.
	4	• Упражнять в ударах мяча о стенку и обратно, игре парах, тройках, кругу. • Развивать ловкость, быстроту, глазомер. • Воспитывать уважение друг к другу.
	5	• Упражнять в ведении мяча ногой с изменением темпа и направления, ударом по воротам. • Развивать ориентировку на поле, глазомер. • Воспитывать смелость, решительность.
	6	• Упражнять в умении догонять и останавливать мяч ногой, игре с мячами. • Развивать внимание, быстроту, ловкость. • Воспитывать интерес к спортивным играм.
	7	• Упражнять в тактико – технических действиях с мячом, точности удара по неподвижному мячу, ведении мяча в прямом направлении, остановке по сигналу. • Развивать внимание, быстроту реакции. • Воспитывать интерес к совместным играм.

	8	• Упражнять в ведении и остановке мяча ногой, ударах по неподвижному мячу, игре со стенкой. • Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на поле. • Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.
м а й	1	• Упражнять в беге за катящимся мячом, ведении и остановке мяча ногой. • Развивать быстроту, ловкость. • Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	2	• Упражнять в ходьбе и беге с мячом с остановкой и поворотом по сигналу. • Развивать внимание, равновесие. • Воспитывать интерес к спортивным играм.
	3	• Упражнять в действиях с мячом, отрабатывать удары по мячу разными способами. • Развивать ловкость, координацию движений. • Воспитывать уверенность в своих силах.
	4	• Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой, забивании мяча в ворота. • Развивать ориентировку на поле, глазомер. • Воспитывать активность в игре.
	5	• Упражнять в ударах по неподвижному мячу по воротам, игре в парах, тройках. • Развивать быстроту, ловкость. • Воспитывать волевые качества.
	6	• Упражнять в ударах по движущемуся мячу на сторону противника, игре в командах. • Развивать ловкость, быстроту. • Воспитывать чувство товарищества.
	7	• Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой по сигналу. • Развивать ловкость, уверенность в своих силах. • Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	8	• Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал, ударе по мячу разными техниками, игре в команде. • Развивать ловкость, ориентировку на поле, глазомер. • Воспитывать чувство команды.

Старшая группа (5 – 6 лет)

Задачи:

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

Месяц	№ занятия	Задачи
Февраль	1	• Познакомить детей с игрой в футбол, историей ее возникновения. Упражнять в простейших технико – тактических действиях с мячом: ведение, передача мяча, обводка. • Развивать координацию, быстроту, ловкость. • Воспитывать интерес к спортивным играм.
	2	• Продолжать знакомить детей с игрой в футбол. Учить простейшим действиям с мячом: ведение, удар, передача. • Развивать быстроту, ловкость, выносливость. • Воспитывать интерес к спортивным играм.
	3	• Упражнять в действиях с мячом, учить самостоятельно находить выход из создавшейся игровой ситуации. • Развивать быстроту, ловкость, выносливость. • Воспитывать уверенность в своих силах.
	4	• Упражнять в ударе по мячу ногами: внешней и внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частям подъема – носком и пяткой. • Развивать ловкость, глазомер, пространственную ориентировку. • Воспитывать организованность, дисциплину.
	5	• Учить размаху бьющей ноги вперед с разворотом стопы на 90°, удару по неподвижному мячу с места. • Развивать ловкость, ориентировку в пространстве. • Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	6	• Упражнять в посыле мяча низом в ворота с расстояния в 8 – 10 шагов, игре с мячом в парах. • Развивать глазомер, точность. • Воспитывать умение работать с партнером.
	7	• Упражнять в посыле мяча низом в ворота с расстояния в 8 – 10 шагов, смещая точку удара на 3 – 4 шага в сторону, игре с мячом в парах. • Развивать умение играть в парах, мягко подкатывая мяч к ногам партнера. • Воспитывать организованность, дисциплину.
	8	• Упражнять в выполнении ударов по неподвижному мячу о стенку с 3-х шагов, игре в парах. • Развивать ловкость, глазомер. • Воспитывать уверенность в своих силах.
Март	1	• Упражнять в ударе по неподвижному мячу с места и разбега, игре в парах. • Развивать ловкость, быстроту, внимание. • Воспитывать чувство товарищества.
	2	• Упражнять в ведении мяча в беге, передаче в парах. • Развивать ловкость, выносливость, быстроту.

	• Воспитывать организованность.
3	• Упражнять в ударах по мячу, ведению, передаче мяча, индивидуальной тактике действий. • Развивать ловкость, выносливость, быстроту. • Воспитывать желание принимать активное участие в игре.
4	• Упражнять в ведении мяча вокруг конуса правой и левой ногой в различных направлениях, игре в парах. • Развивать ловкость, выносливость, быстроту. • Воспитывать организованность, отзывчивость.
5	• Упражнять в ведении мяча между кеглями правой и левой ногой, в парах. • Развивать ловкость, выносливость, быстроту.
6	• Упражнять в передаче мяча в парах, отрабатывать удар о стенку. • Развивать ловкость, выносливость, быстроту. • Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.
7	• Упражнять детей в забивании мяча в ворота, отрабатывать силу удара. • Развивать глазомер, ловкость, выносливость. • Воспитывать уважение друг к другу.
8	• Упражнять в передаче мяча по кругу ногой, партнеру, стараясь попасть в ворота. • Упражнять в игре в парах, тройках. • Воспитывать потребность и желание играть в футбол.

а п р е л ь	1	• Упражнять в ведении мяча между предметами, в ударах «щечкой», не останавливая отскочившего от стены мяча. • Развивать ловкость, глазомер, быстроту. • Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.
	2	• Упражнять в посыле мяча ударом «щечкой» партнеру по игре, применяя разные виды построения: в две шеренги, четырехугольником, по кругу. • Развивать ловкость, внимание, глазомер. • Воспитывать интерес к двигательной деятельности.
	3	• Отрабатывать выполнение упражнения с мячом на месте, на медленном ходу, во время быстрого бега. • Развивать быстроту, ловкость, выносливость. • Воспитывать чувство товарищества.
	4	• Упражнять в ударе по мячу внутренней частью подъема ноги товарищу, в цель (ворота). • Развивать глазомер, точность. • Воспитывать уверенность в своих силах
	5	• Упражнять в остановке катящегося мяча внутренней стороной стопы и подоправой; играть со стенкой. • Развивать ловкость, глазомер, силу. • Воспитывать интерес к спортивным играм.
	6	• Учить технике нападения около ворот. Упражнять в игре в парах. • Развивать глазомер, ловкость, выносливость. • Воспитывать чувство товарищества.
	7	• Упражнять в игре в кругу, не выпуская мяч из круга. Упражнять в игре в тройках. • Развивать силу, ловкость, быстроту. • Воспитывать выдержку, взаимопомощь.

	8	• Познакомить с техникой «чеканки» мяча одной ногой. Упражнять игре втроем. • Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. • Воспитывать чувство партнерства, взаимопомощи.
Май	1	• Упражнять в отбивании мяча снизу, перебрасывая через планку (высота 20 –30см.). • Развивать ловкость, сноровку. • Воспитывать уверенность в своих силах.
	2	• Упражнять в действиях с мячом: беге по прямой, ведении мяча между предметами, отбивании от стенки. • Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. • Воспитывать выдержку, терпение.
	3	• Упражнять детей в игровых ситуациях: «догони мяч», «отними мяч», «сбей кегли», «попади в ворота». • Развивать смекалку, выдержку, быстроту. • Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощь.
	4	• Упражнять в ведении и пасах мяча партнеру в движении, игре в парах. • Развивать ловкость, выносливость. • Воспитывать смелость, решительность, справедливость
	5	• Упражнять в прыжках через скакалку, отжимании, забрасывании мяча в корзину. • Развивать глазомер, выносливость. • Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.
	6	• Упражнять в технике нападения и защиты, не касаясь руками мяча, партнера. • Развивать ловкость, увертливость. • воспитывать смелость, решительность.
	7	• Упражнять в выбрасывании мяча из-за головы двумя руками, ведении дальней ногой от партнера. • Развивать ловкость, быстроту, увертливость. • Воспитывать интерес к спортивным играм.
	8	• Отрабатывать четкое выполнение заданий, закреплять правила игры в футбол. • Развивать ловкость, смелость, быстроту. • Воспитывать уверенность в своих силах.

Подготовительная группа (6 – 7 лет)

Задачи:

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

Ф е в р а л ь	1	• Познакомить с правилами игры в футбол. Упражнять в ходьбе и беге змейкой, ведении мяча ногой. • Развивать ловкость, быстроту, внимание. • Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.
	2	• Упражнять в игре с мячом в парах. Упражнять в беге и прыжках, умение действовать по сигналу. • Развивать внимание, глазомер. • Воспитывать уверенность в своих силах.
	3	• Познакомить с элементами техники игры в футбол (удары по неподвижному мячу, остановка мяча, удар по воротам). • Развивать координацию, точность движений, выносливость. • Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	4	• Упражнять в прокатывании мяча ногой, соизмеряя удары по мячу, ударном движении (без мяча). • Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. • Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	5	• Упражнять в перекатывании мяча друг другу, отбивая его поочередно правой и левой ногой, ударять по неподвижному мячу, упражнять в беге за мячом. • Развивать ловкость, быстроту, глазомер. • Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	6	• Упражнять в ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, ударено ногой по неподвижному мячу • Развивать координацию движений, глазомер. • Воспитывать интерес к играм с мячом.
	7	• Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой до противоположной линии, беге за мячом. • Развивать ловкость, быстроту, внимание. • Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	8	• Отрабатывать действия с мячом на месте и в движении, упражнять в восстановлении мяча ногой, ударе мяча по воротам. • Развивать технику ходьбы, бега. • Воспитывать желание играть вдвоем.
М а р т	1	• Познакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, вокруг обруча, остановке мяча ногой. • Развивать ловкость. • Воспитывать интерес к физическим упражнениям.
	2	• Формировать представления об элементах техники игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, между конусами, вокруг обруча, остановке мяча ногой. • Развивать координацию движений, выносливость. • Воспитывать желание играть вдвоем, втроем.
	3	• Упражнять в ведении мяча по прямой, остановке ногой, попадании в ворота. • Развивать глазомер, точность.

		• Воспитывать интерес к спортивным играм.
	4	• Упражнять в ведении мяча вокруг ног, ведении и остановке мяча в различных направлениях по сигналу. • Развивать внимание, глазомер. • Воспитывать уверенность в своих силах.
	5	• Упражнять в прокатывании мяча правой и левой ногой, попадании им в цель. • Развивать ловкость, быстроту. • Воспитывать уважение друг к другу.
	6	• Упражнять в прокатывании мяча друг другу по прямой между флажками, с измерением силы удара, передаче мяча. • Развивать быстроту, глазомер. • Воспитывать чувство товарищества.
	7	• Упражнять детей в направлении удара по мячу внутренней стороной стопы. • Развивать ловкость, ориентировку в пространстве. • Воспитывать уверенность в своих силах.
	8	• Закреплять умение прокатывать мяч, играя в парах, со стенкой. • Развивать ловкость, глазомер. • Воспитывать интерес к двигательной деятельности.
А п р е л ь	1	• Упражнять в ударах по неподвижному мячу ногой (серединой подъема, внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы), продолжать учить играть в парах. • Развивать ловкость, быстроту, внимание. • Воспитывать интерес к спортивным играм.
	2	• Упражнять в ударах по неподвижному мячу с разбега, игре в парах. • Развивать ловкость, быстроту, внимание. • Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	3	• Упражнять в ведении мяча правой ногой, в силе удара ногой. • Развивать ловкость, меткость, ориентировку на поле. • Воспитывать чувство товарищества.
	4	• Упражнять в ударах мяча о стенку и обратно, игре в парах, тройках, кругу. • Развивать ловкость, быстроту, глазомер. • Воспитывать уважение друг к другу.
	5	• Упражнять в ведении мяча ногой с изменением темпа и направления, ударе по воротам. • Развивать ориентировку на поле, глазомер. • Воспитывать смелость, решительность.
	6	• Упражнять в умении догонять и останавливать мяч ногой, игре с мячами. • Развивать внимание, быстроту, ловкость. • Воспитывать интерес к спортивным играм.
	7	• Упражнять в тактико – технических действиях с мячом, точности удара по неподвижному мячу, ведении мяча в прямом направлении, остановке по сигналу. • Развивать внимание, быстроту реакции. • Воспитывать интерес к совместным играм.
	8	• Упражнять в ведении и остановке мяча ногой, ударах по неподвижному мячу, игре со стенкой. • Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на поле. • Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.
	1	• Упражнять в беге за катящимся мячом, ведении и остановке мяча ногой.

м а й		• Развивать быстроту, ловкость. • Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	2	• Упражнять в ходьбе и беге с мячом с остановкой и поворотом по сигналу. • Развивать внимание, равновесие. • Воспитывать интерес к спортивным играм.
	3	• Упражнять в действиях с мячом, отрабатывать удары по мячу разными способами. • Развивать ловкость, координацию движений. • Воспитывать уверенность в своих силах.
	4	• Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой, забивании мяча в ворота. • Развивать ориентировку на поле, глазомер. • Воспитывать активность в игре.
	5	• Упражнять в ударах по неподвижному мячу по воротам, игре в парах, тройках. • Развивать быстроту, ловкость. • Воспитывать волевые качества.
	6	• Упражнять в ударах по движущемуся мячу на сторону противника, игре в командах. • Развивать ловкость, быстроту. • Воспитывать чувство товарищества.
	7	• Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой по сигналу. • Развивать ловкость, уверенность в своих силах. • Воспитывать дружеские взаимоотношения.
	8	• Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал, удары по мячу разными техниками, игре в команде. • Развивать ловкость, ориентировку на поле, глазомер. • Воспитывать чувство команды.

Методическое обеспечение

Упражнения для отработки технических приемов игры в футбол

1. Удар внутренней стороной стопы

- Размахивания бьющей ногой вперед с разворотом стопы на 90° (8-10 раз). Повторить движение, но уже со сгибанием опорной ноги в колене перед началом удара бьющей ногой вперед.

- Встать в 5-6 шагах от стенки. Выполнить 20-25 ударов по неподвижному мячу с места. Затем проделать то же самое с одного или нескольких шагов разбега.

- Сделать ворота перед стенкой из конусов шириной в один шаг. С расстояния 8-10 шагов посылать мяч низом в ворота. Выполнить три серии по 10 ударов.

- Усложнить упражнение, сместив точку нанесения ударов на 3-4 шага в сторону.

- Встать с товарищем друг против друга на расстоянии 1-9 шагов. Поочередно посылать мяч друг другу так, чтобы он мягко подкатывался к ногам партнера.

2. Удар серединой подъема

- Выполнять несколько раз ударное движение ногой без мяча (имитация удара).

- С трех шагов выполнить удар по неподвижному мячу о стенку. Движения выполнять в замедленном темпе, стараясь почувствовать соприкосновение ноги с серединой мяча. Выполнить 10-15 ударов.

- Сделать на стене квадрат размером 1 x 1 м и нанести по нему 15-20 ударов с расстояния 10-12 шагов. Удары выполнять по неподвижному мячу с небольшого разбега.

- Один ребенок выполняет передачу сбоку, а другой с разбега совершает удары по катящемуся мячу в цель (ворота, мишень на стене). Выполнив по восемь ударов с обеих ног, поменяться друг с другом местами.

- Встать с ребенком в 12 шагах друг от друга. Накатывать ему мяч для удара. Задача ребенка — ударом по катящемуся мячу точно направлять мяч вам в руки.

- Один ребенок встает в ворота. Другой ребенок наносит по воротам по пять сильных ударов правой и левой ногой. Поменяться местами.

3. Удар носком и пяткой

- Имитация ударов пяткой по неподвижному мячу сначала с места, а потом с нескольких шагов разбега, ставя ногу на специальную отметку.

- Дети встают в 4-5 шагах друг от друга. Поворачиваются друг к другу спиной и наносят удар пяткой с места, направляя мяч партнеру. Партнер останавливает мяч и, повернувшись на 180°, таким же способом направляет мяч в вашу сторону. Выполните по 10-15 ударов.

- Ребенок встает около стенки и поворачивается к ней спиной. Ставит мяч впереди себя на расстоянии 1,5 шага. Делает по очереди шаг опорной ногой вперед и наносит пяткой удар по мячу.

- Сделать ворота шириной 1 м. Дети занимают позиции по обе стороны от ворот. Поочередно с небольшого разбега наносят пяткой удары по воротам. Расстояние от ворот до лежащего на земле мяча 5-7 шагов.

4. Остановка мяча

- С пяти шагов направлять мяч низом в стенку и остановить его после отскока. Сделать 15 остановок той и другой ногой.

- Дети встают в 4-5 шагах друг от друга и упражняются в передачах и остановках мяча внутренней стороной стопы. Постепенно увеличивать расстояние до 8 шагов.

- Дети встают в 7-8 шагах друг от друга. Продвигаясь вперед, передают мяч друг другу, предварительно останавливаясь ногой. Темп движения постепенно увеличивать.

5. Ведение мяча

- Ведение мяча по прямой в медленном темпе, так, чтобы при каждом шаге мяч касался ноги, выполняя удары-толчки то правой, то левой ногой.

- Начертить круг диаметром 8-9 шагов. Ведение мяча по линии круга то правой, то левой ногой сначала в медленном, а затем и в более быстром темпе.

- Начертить коридор длиной 20-25 шагов и шириной до 1 метра. Ведение мяча по коридору, меняя ноги. Постепенно уменьшать ширину коридора до 50 см.

- Установить на площадке флажок, стойку или ветку. Поставить ребенка с мячом в 20 шагах от флажка. Ведение мяча вперед, одновременно держа в поле зрения и мяч, и ориентир.

- Расставить на площадке в произвольном порядке камни, кегли, флажки и т.п. Ведение мяча между ними в произвольном направлении.

- **Игра вратаря.**

Ловля катящихся, низколетающих и полуввысоких мячей

- Из стойки ноги врозь выполнять наклоны туловища вперед, не сгибая колени. Затем выполнять наклоны из стойки ноги вместе.

- Сделать ворота шириной 4-5 шагов. Ребенок встает в ворота, а его партнер - в 6-7 шагах от него. Партнер посылает мячи в стороны ворот ударами внутренней стороной стопы, а ребенок наклоняется, подхватывает мяч и, выпрямляясь, прижимает его к груди.

- Упражнение по содержанию напоминает предыдущее, однако мяч направляется чуть правее или чуть левее от вратаря. Тот, сделав шаг в сторону, приставляет вторую ногу, наклоняется и ловит мяч.

- Ребенок выполняет стойку вратаря: ноги чуть шире плеч, руки согнуты в локтях и вытянуты вперед. Подбрасывать ему мяч на 30-40 см вверх, чтобы ребенок ловил его, подтягивая к груди.

- Стоя в воротах, ребенок ловит мячи, набрасываемые ему партнером с 4-5 шагов, на уровне живота.

- Делая несколько шагов вперед, ребенок ловит мячи, набрасываемые партнером с 6-7 шагов на уровне живота.

- Набрасывать ребенку мячи с 6-8 шагов чуть в сторону от него. Тот ловит их, предварительно переместившись приставными или перекрестными шагами в соответствующую сторону.

Подвижные игры с мячом

- **«Подвижная цель»**

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

Мячом можно ударять только в ноги водящего.

- **«Ведение мяча парами»**

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

- **«Гонка мячей»**

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

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

- **«Задержи мяч»**

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

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

- **«Игра в футбол вдвоем»**

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

- **«Забей в ворота»**

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

- **«У кого больше мячей»**

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

- **«Футболист»**

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

- **«Забей гол»**

В игре одновременно участвуют две команды. Над средней линией поля (20X10 м) на высоте 70 — 80 см натягивают шнур. По обеим сторонам поля в 2 м от средней линии чертятся ограничительные полосы. Каждая из команд располагается на своей половине. В игру вводятся два мяча. Игроки пытаются ударом ноги так направить мяч, чтобы он вышел за пределы площадки соперников, т. е. забить гол. Однако гол засчитывается лишь в том случае, если мяч

пересечет лицевую линию поля. Запрещается производить удары по мячу, находящемуся между ограничительной и средней линиями поля. Побеждает команда, сумевшая за условленное время забить больше голов.

- **«Смена сторон»**

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

вверх. Побеждает команда, игроки которой сумеют быстрее перебраться на сторону соперников.

- **«Футбольный слалом»**

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

- **«С двумя мячами»**

В игре принимают участие пары. Они располагаются на противоположных сторонах коридора шириной 4 м на расстоянии 5 — 6 м друг от друга. Коридор можно обозначить тесьмой или флажками. Оба игрока имеют по мячу. По сигналу они одновременно направляют мяч друг другу, а затем ударом по катящемуся мячу вновь возвращают его обратно. Если мячи столкнулись

или один из них вышел за пределы коридора, пара заканчивает соревнование. Побеждает пара, сумевшая дольше других без ошибок выполнить упражнение.

- **«Сильный удар»**

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

- **«Попади в мишень»**

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

- **Перечень оборудования и пособий:**

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

- **Список литературы**

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

- **Интернет - источники:**

- Детско-юношеский футбол СПб: www.vk.com/clubffsp97
- Федерация футбола СПб: www.ff.spb.ru
- Футбол тренировочные процессы: www.vk.com/footballcoaching
- Федерация пляжного футбола СПб: www.beachsoccer.ru
- Мини-футбол для детей: www.cuppercup.ru

- Футбол детские турниры и сборы: www.soccercups.ru