

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД № 7

Принято
на Педагогическом совете
Протокол от 01.09.2023 № 1

Утверждено
Приказом МАДОУ ЦРР № 7
от 01.09 2023 № 71-о

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Футбольный мяч»

Срок реализации: 7
месяцев

Направленность:
Физкультурно-спортивная

Возраст: 5-6 лет
6-7 лет

Разработчик: Трапезников В.Ю.

городской округ г. Бор
2023 год

Содержание

- I. Целевой раздел
 - 1. Пояснительная записка
 - 2. Цель и задачи программы
 - 3. Принципы и подходы к формированию программы
 - 4. Ожидаемые результаты освоения программы.

- II. Содержательный раздел
 - 1. Общая и специальная физическая подготовка
 - 2. Форма занятий
 - 3. Содержание занятий
 - 4. Структура занятий
 - 5. Методы обучения

- III. Организационный раздел
 - 1. Режим занятий
 - 2. План учебно-тренировочных занятий
 - 3. Календарный учебный график
 - 4. Система оценки качества программы
 - 5. Материально-техническое оснащение
 - 6. Литература
 - 7. Приложение

I Целевой раздел

1. Пояснительная записка

Программа «Футбольный мяч» разработана для обучения, развития и воспитания детей в условиях образовательных учреждений, детских центров. Направленность программы – спортивно-оздоровительная. Занятия проводятся 7 месяцев.

1.1. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность программы

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивировании уникальности личности несовершеннолетних, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена целым рядом качеств, которых нет (или они слабо выражены) у основного:

- личностная ориентация образования;
- профильность;
- практическая направленность;
- мобильность;
- разноуровневость;
- реализация воспитательной функции обучения через активизацию деятельности обучающихся.

Программа призвана осуществлять важные функции:

- создавать эмоционально значимую среду для развития ребёнка и переживания им «ситуации успеха»;
- способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности.

Ведущими ценностными приоритетами программы являются:

- демократизация учебно-воспитательного процесса;
- формирование здорового образа жизни;
- саморазвитие личности;
- создание условий для педагогического творчества;
- поиск, поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта

Упражнения с мячом при соответствующей организации их проведения и обучения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка:

- создают условия для включения в работу основных физиологических систем организма, что важно для полноценного развития ребенка шести и семилетнего возраста;

- развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах;
- укрепляют мышцы, удерживают позвоночник, способствуют выработке хорошей осанки;
- способствуют совершенствованию двигательной реакции детей, точности воспроизведения движений во времени и пространстве.

Футбол – подвижная игра с мячом, одна из самых популярных игр в нашей стране и мире. Обучение футболу отвечает всем требованиям психомоторного развития старших дошкольников. Разнообразие технических и тактических действий игры в футбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений детей, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в футбол и сопряженные с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья и рекреации. Применение спортивных игр и с мячом в частности, в физическом воспитании дошкольника играет немаловажную роль в формировании фундамента двигательных навыков и технической подготовленности, так как этот возраст наиболее благоприятен для развития скоростных и координационных способностей. Подвижные игры с мячом всегда являются творческой деятельностью, в которой проявляется естественная потребность ребенка в движении, необходимость найти решение двигательной задачи. Играя, ребенок не только познает окружающий мир, но и преобразует его.

Данная программа предназначена для знакомства детей с этой спортивной игрой, овладения действиями с мячом. Педагогические средства и методы программы направлены на то, чтобы каждый ребёнок нашёл себя в движениях, соответствующих его двигательным задаткам и умениям, что поможет ему самостоятельно и с чувством удовлетворения поддерживать интерес к игре в мини футбол. Обучение детей тесно связано с их физическим и психологическим состоянием, поэтому в процессе занятий большое внимание должно уделяться формированию у дошкольников положительной устойчивой мотивации к занятиям физическими упражнениями, к игре в мини футбол. Данные занятия будут способствовать выработке потребностей организма в систематической целенаправленной двигательной деятельности в течение всей жизни, что послужит в дальнейшем средством занятия спортом.

Актуальность программы состоит в том, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных организациях на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности обучающихся требует увеличения их двигательной активности, усиления образовательной направленности учебных занятий по физической культуре и расширения вне учебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

Данная программа усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля ребенка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении.

Отличительная особенность образовательной программы заключается в том, что основой подготовки занимающихся является не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития дошкольников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта. Физические нагрузки распределяются с учётом возрастных особенностей детей.

Условия реализации программы

Данная программа ориентирована на детей от 5 до 7 лет без специальной подготовки. Принимаются все желающие, имеющие медицинский доступ. Для успешной реализации программы и достижения максимальных результатов рекомендуется начинать с 4 летнего возраста, так как идет формирование мышечной системы.

2.Цель и задачи программы

Цель - формировать навыки игры в мини футбол и развивать активные двигательные способности и психические качества детей дошкольного возраста.

Задачи

Дети

- формирование устойчивого интереса к футболу;
- обучение технико-тактическим приемам игры в мини футбол на основе базовых элементов;
- совершенствование двигательных (мышечная сила, быстрота и т.д.) и психических (ощущения, восприятия, представления, внимание, память на движения и др.) способностей детей дошкольного возраста при игре в мини футбол.
- воспитание положительных морально-волевых качеств, навыков поведения в коллективе, основанных на товарищеских взаимоотношениях;
- становление ценностей здорового образа жизни.

Педагоги

- создание условий для усвоения первоначальных знаний в области мини футбола;
- формировать мотивацию здорового образа жизни;
- содействовать всестороннему и гармоничному развитию личности ребёнка.

Родители

- формирование социального партнерства между преподавателями-тренерами и родителями в здоровьесберегающей сфере;
- укрепление здоровья детей дошкольного возраста за счет повышения их двигательной активности в домашних условиях;
- актуализация потребности в самопознании, саморазвитии, самосовершенствовании детей.

3. Принципы и подходы к формированию программы

Программа построена с учетом основополагающих принципов здоровьесбережения детей дошкольного возраста.

Принцип сознательности – нацеливает детей на формирование понимания, интереса, осмысленного отношения к двигательной деятельности. Повышению сознательности способствует применение педагогом методических приемов, решающих проблемы здоровьесберегающих технологий педагогики оздоровления.

Принцип систематичности и последовательности проявляется во взаимосвязи знаний, умений и навыков игры в мини футбол.

регулярность, планомерность, непрерывность в педагогическом процессе на протяжении всего периода обучения игре в мини футбол. Систематически проводимые формы организации кружковой деятельности в сочетании со здоровьесберегающими мероприятиями приучают детей соблюдать оздоровительно-воспитательный режим.

Принцип постепенности предполагает преемственность ступеней обучения ребенка игре в мини футбол.

Принцип индивидуализации осуществляется на основе здоровьесберегающих технологий. принцип непрерывности выражает закономерности построения целостного педагогического процесса.

Принцип цикличности способствует упорядочению процесса обучения игре в мини футбол. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность ребенка к каждому последующему этапу обучения.

Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей детей является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе обучения игре в мини футбол.

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

принцип всестороннего и гармоничного развития личности содействует развитию психофизических способностей, знаний, умений и навыков игры в мини футбол.

Дополнительная образовательная программа включает в себя:

- **Спортивно-оздоровительный блок (СО)**
 - подвижные и малоподвижные игры с мячом;
 - спортивно-силовые упражнения (ОФП, СФП)

- **Блок технической подготовки (ТП).**

-основными видами данной деятельности являются: изучение и овладение отдельными элементами мини футбола

Адресат программы – дети дошкольного возраста

Условия набора детей - для обучения принимаются дети вне зависимости от их способности, уровня физического развития, не имеющие медицинского противопоказания

Срок реализации программы - 7 месяцев.

4. Планируемые результаты

Личностные результаты:

- 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 работы в группе, чувство патриотизма

Межпредметные результаты:

- 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:

- 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.

II. Содержательный раздел

Содержание дополнительной образовательной программы направлено на:

- создание условий для развития личности ребенка;
- развитие мотивации к занятию спортом;
- обеспечение эмоционального благополучия ребенка;
- профилактику асоциального поведения;
- укрепление психического и физического здоровья;
- взаимодействие педагога дополнительного образования с семьей.

1.Общая и специальная физическая подготовка

Теоретическая подготовка.

Сведения о строении и функциях организма человека. Косная и мышечная системы. Сердечнососудистая и дыхательная системы. Нервная система. Органы пищеварения и выделения. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Воздействие на основные органы и системы под воздействием физической нагрузки.

Гигиена и самоконтроль. Личная гигиена, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, местам занятий и оборудования. Техника безопасности. Причины травм на занятиях по мини-футболу и их предупреждение.

Правила игры. Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.

В процессе обучения инструктор по физической культуре активизирует у детей чувственную, рациональную и практическую формы познания, опирается на законы высшей нервной деятельности человека, принципы дидактики, воспитания и спортивной тренировки, на теорию информации при этом учитывает теорию познания. В ходе обучения спортивным упражнениям, дети приобретают знания, умения, навыки и опыт в двигательном, эмоциональном, волевом, нравственном, спортивном и трудовом развитии. Задача инструктора по физической культуре состоит в том, чтобы методически грамотно преподнести учебный материал, возбудить у детей интерес к овладению навыками игры, убедить их в полезности занятий для здоровья.

Общая физическая подготовка

Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловища, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад.

Упражнения с набивным мячом (1 кг.).

Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине.

Легкоатлетические упражнения.

Бег 30 м. на скорость. Повторный бег до 3 x 10 м., до 2 x 30 м. Бег медленный до 3 мин. Бег 200 и 500 м. Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Метание малого мяча по коридору шириной 10 м. на дальность с разбега.

Подвижные игры.

Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча на дальность и в цель.

Специальные упражнения для развития быстроты.

Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа. Ускорения на 15, 30 м. без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180. Бег боком и спиной вперёд (наперегонки). Обводка стоек. Рывок с мячом.

Специальные упражнения для развития ловкости.

Прыжки с разбега вверх, стараясь достать высоко подвешенный мяч ногой, головой; то же, выполняя в прыжке поворот до 180. Прыжки вверх с места и разбега, выполняя удары по мячам, подвешенным на различной высоте.

Специальная физическая подготовка

1. Упражнения без мяча: бег «змейкой» и «восьмеркой» (с максимальной и изменяющейся скоростью).
2. Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.
3. Жонглирование мячом: ногой, головой.
4. Ведение мяча: внутренней частью подъема стопы («змейкой» между стойками, по прямой с изменяющейся скоростью); попеременно внешней и внутренней поверхностью стопы с изменяющейся скоростью передвижения.
5. Удары: серединой подъема стопы с места и с разбега по неподвижному, катящемуся и летящему мячу; после отскока от земли; с поворотом; пяткой ноги; головой по летящему мячу (стоя на месте и в прыжке).
6. Передача мяча: на месте (продольные, поперечные, диагональные, низкие, высокие); в движении.
7. Вбрасывание мяча из-за боковой линии, стоя на месте, с разбега.
8. Отбирание мяча у соперника: толчком плеча в плечо; выбиванием; наложением стопы на мяч; подкатом.
9. Остановка летящего мяча: внутренней стороной стопы, грудью.
10. Обманные действия: индивидуальные с мячом и без мяча (финты); наступание на мяч; ложное продвижение с мячом соперника; ложный замах.
11. Групповые обманные действия: ложный пас; ложные действия: получить пас от партнера, производящего вбрасывание мяча из-за лицевой линии; пропуск мяча партнеру; оставление мяча партнеру; ложные действия при подаче углового удара. Тактические действия: взаимодействия игроков в нападении и защите при подаче углового удара и при пробитии штрафных; взаимодействия игроков при вбрасывании мяча из-за лицевой линии.
12. Спортивные игры: мини-футбол, футбол по упрощенным и основным правилам.

Техническая подготовка

1. Техника передвижения.

Бег обычный, бег приставным шагом. Бег по прямой и с изменением направления. Прыжки: вверх, вверх - вперед, толчком одной

и двумя ногами с места, вверх - вправо, и вверх - влево, толчком одной ногой с разбега. Бег спиной 14 вперед. Бег скрещенным шагом. Бег дугами. Повороты: переступанием и прыжком. Остановки во время бега выпадом и прыжком.

2. Удары по мячу ногой.

Удар носком. Удары подъемом: серединой, внутренней, внешней частью подъема. Удар внутренней стороной стопы «щечкой». Удар внешней стороной стопы. Удар пяткой. Удары с подрезкой мяча: резаные удары внутренней и внешней частью подъема по летящему и катящемуся мячу (от игрока, навстречу ему, справа и слева). Удары по летящему мячу, опускающемуся перед игроком, сбоку; с полуплета, через голову. Удар по мячу, катящемуся сбоку. Удары по мячу головой. Удар по встречному мячу лбом без прыжка. Удар боковой частью головы по мячу, летящему сбоку. Удар головой в прыжке.

3. Остановка мяча.

Остановка катящегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Остановка опускающегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Остановка мяча в воздухе. Остановка мяча с оглядкой. 4. Ведение мяча. Ведение мяча носком (средней частью подъема), внутренней и внешней частью подъема, меняя направление движения, между движущимися партнерами, изменяя скорость передвижения. Ведение мяча по прямой, по кругу, по «восьмерке», а также между стоек.

5. Обманные движения ногами и туловищем (финты).

Остановка мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Имитация удара по мячу ногой и с последующим уходом от соперника вправо и влево.

6. Отбирание мяча.

Отбор мяча выбиванием и выпадом у соперника, движущегося навстречу, слева и справа от игрока. Отбор мяча у соперника толчком плеча в плечо.

7. Вбрасывание мяча.

Вбрасывание мяча с места из положений ноги вместе и ноги врозь. Вбрасывание мяча на точность: в ноги стоящему партнеру или ему на ход.

2. Форма занятий

- Беседы
- Практические занятия: групповые тренировочные и теоретические занятия (на воздухе и в зале)
- Сдача нормативов
- Подвижные игры
- Соревнования
- Товарищеские встречи

3.Содержание занятий программы

1.Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России.

- беседа на тему «спорт, как система воспитания».
- просмотр чемпионата по футболу в России и за рубежом.
- игра «Я-футболист»

2.Гигиенические знания и навыки. Закаливание.

- составления личного распорядка дня и режима питания.
- обтирание, обливание и ножные ванны, как гигиенические и закаливающие процедуры.
- посещение бассейна.

3. Диагностика.

Тестирование

4.Правила игры в футбол.

опрос на знание обязанностей капитана команды.

- просмотр матча и обсуждения соблюдения правил в игре.

5.Общая и специальная подготовка.

- поднимание и опускание рук в стороны, вперёд, круговые вращения, сгибание, разгибание рук в упоре. Наклоны туловища вперёд и в стороны.
- выпады вперёд, в сторону, назад.
- прыжки в полу приседе.
- упражнения с набивным мячом(1-2 кг.)
- акробатические упражнения (кувырки вперёд с шага, длинный кувырок вперёд, кувырок назад из приседа).
- упражнения в висах и упорах (подтягивание:2 подхода по 5 раз; из упора лёжа сгибание и разгибание рук:2 подхода по 4-5 раз).
- лёгкоатлетические упражнения.
- подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «защита крепости», эстафеты с преодолением препятствий.
- спортивные игры. Ручной мяч.
- специальные упражнения для развития быстроты.
- специальные упражнения для развития ловкости.

6.Техника игры в футбол.

- анализ выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.
- техника передвижения- бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным шагом; повороты во время бега налево и направо.
- удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега.

- удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному мячу.
- остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающего мяча- на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для поступающих действий.
- ведение мяча внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой поочередно.
- обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки - неожиданный рывок с мячом: во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади.
- отбор мяча. Перехват мяча- быстрый выход на мяч с целью определить соперника, которому адресована передача мяча.
- вбрасывание мяча из-за боковой линии с места из положения ноги вместе и шага.
- техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке.

7. Тактика игры в футбол.

упражнение для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу.

- тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле.
- тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча.
- тактика нападения. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнять передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар.
- тактика защиты. Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействие получению им мяча.
- тактика защиты. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка».
- тактика защиты вратаря. Уметь выбирать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыграть удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли).
- учебные игры.

8. Соревнования по футболу.

4. Структура занятия

Вводная часть (5 мин)

Вводная часть начинается с построения юных футболистов, рапорта капитана команды и постановки педагогом задач на текущее занятие.

Решает задачу подготовки занимающихся к сознательному и активному выполнению главных задач занятия в психологическом и физиологическом плане. Психологическая подготовка заключается в сосредоточении внимания занимающихся на решении основных задач с помощью физических упражнений и заданий на внимание.

Физиологическая подготовка имеет целью достижение готовности организма юных футболистов к последующим более интенсивным и значительным нагрузкам и выполнению основных задач занятия.

В данной части могут решаться и относительно самостоятельные задачи: обучение строевым упражнениям, формирование правильной осанки, развитие отдельных физических качеств. Физическая нагрузка в вводной части не должна вызывать у занимающихся утомления до работы над основным материалом.

Основная часть (20 мин)

В условиях оптимальной работоспособности занимающихся решаются основные задачи урока. В начале основной части проводится обучение новому материалу. Закрепление и совершенствование приемов осуществляются в середине или ближе к концу основной части занятия.

Упражнения на развитие физических качеств, планируются здесь в такой последовательности: вначале - упражнения на проявление скоростно-силовых качеств, тонкой координации, ловкости; в конце - упражнения, развивающие силу и выносливость.

Основная часть занятия может иметь как относительно несложную структуру, если содержание учебного материала однородно (например, разучивание удара серединой подъема и игровое упражнение с использованием данного приема), так и сложную, состоящую из нескольких частей (например, разучивание тактической комбинации «стенка», упражнения с отягощениями, упражнения на выносливость). В последнем случае каждому основному упражнению могут предшествовать несколько подготовительных, создающих необходимые предпосылки для выполнения основного.

Заключительная часть (5 мин)

Цель - достижения перевода организма занимающихся из состояния повышенной функциональной активности в относительно спокойное состояние. Средствами этого служат строевые упражнения, упражнения на формирование правильной осанки, медленный бег, ходьба, упражнения на расслабление мышц, жонглирование мячом различными частями тела. Заканчивается заключительная часть подведением итогов занятия.

В занятия могут включаться и игры с мячом, и специальные упражнения по закреплению навыков владения им. Обучение детей основным приемам владения мячом в игровых условиях должно иметь целью достижение благоприятного физического развития и разносторонней двигательной подготовленности детей, а также ознакомление детей с мини футболом в доступной форме.

5. 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);

Игровой метод (демонстрация и показ)

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Месяц	Тема	Содержание
1	Ноябрь	Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Вводное занятие, просмотр видео о футболе. Инструктаж по технике безопасности.	История развития футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Общие понятия о гигиене. Режим дня и его значение для юного спортсмена.
2		Втягивающая тренировка. Специальные упражнения.	Ходьба - обычная, на носках с разным положением рук, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы, с высоким подниманием колена (бедра).
3		Техническая подготовка	Ходьба широким шагом, приставным шагом правым и левым боком, лицом вперед, спиной вперед, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе.
4		Техническая подготовка	Прыжки вверх из глубокого

			приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см.). Обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот;
5		Техника удара по мячу.	Удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъёма) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4м
6		Бег, изучение упражнения «квадрат».	Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперёд, мелким и широким шагом.
7		Упражнения для развития быстроты.	Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут.
8		Основные способы развития специальной физической подготовки.	Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную
1	Декабрь	Основные способы развития специальной физической подготовки.	Бег в колонне по одному, по двое, старты из разных исходных положений, в разных направлениях, с разными заданиями, с преодолением препятствий.
2		Упражнения с мячом	Остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу
3		Упражнения с мячом	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.
4		Закрепление защитной стойки. Перемещение приставным шагом.	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.
5		Совершенствование защитной стойки. Закрепление перемещения приставным шагом.	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд.

			Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.
6		Удар внешней частью подъёма.	Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.
7		Упражнения для развития быстроты.	Бег со средней скоростью на 80-120м (2-4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3-5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30м.
8		Техническая подготовка	Прыжки через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, верёвку вперёд и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением.
1	Январь	Удар внешней частью подъёма.	Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.
2		Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрёстного и одноимённого движения рук и ног, перелезанием с пролёта: на пролёт по диагонали. Отбор мяча (отбивание ногой в выпаде)
3		Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперёд; прыжки на двух ногах с продвижением вперёд по наклонной поверхности. Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
4		Техники отбивания мяча	Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4м), из положения, сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание; мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.
5		Перебрасывание набивных	Прыжки с высоты 40см, в длину с

		мячей.	места (около 100см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребёнка, с разбега; (не менее 50см).
6		Групповые упражнения с переходами.	Построение самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько.
7		Общеразвивающие упражнения	Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперёд, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам.
8		Общеразвивающие упражнения	Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперёд и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью. Вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ног на дальность, и в коридор шириной 2м.
1	Февраль	Техника передвижения	Удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъёма) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4м
2		Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу.
3		Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма. Закрепление удара пяткой.	Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
4		Выбрасывание мяча руками	Вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе,

			параллельного расположения ног на дальность, и в коридор шириной 2м.
5		Закрепление ведения внутренней и внешней стороной стопы.	Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
6		Совершенствование ведения мяча	Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
7		Ведение мяча носком.	Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.
8		Закрепление техники ведения мяча	Обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот
1	Март	Общеразвивающие упражнения с предметами.	Упражнения с набивными мячами броски друг другу одной рукой от правого и левого плеча. Броски одной и двумя руками через голову. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Упражнения с волейбольными, футбольными, теннисными мячами, гимнастическими палками, скакалкой. Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении
2		Общеразвивающие упражнения с предметами.	Упражнения в парах, в группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах, с вращением скакалки вперёд и назад, прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе
3		Общеразвивающие упражнения с предметами.	Упражнения с малыми мячами: броски и ловля мяча после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену, на месте, в прыжке, после кувырка в движении.
4		Подвижные игры и эстафеты.	Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, с сопротивлением, на внимание, координацию движений.

5		Подвижные игры и эстафеты.	Эстафеты встречные и круговые, с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом, в различных сочетаниях перечисленных элементов.
6		Упражнения для развития ловкости	Прыжки со скакалкой два вращения – один прыжок; жонглирование теннисных мячей (2-3 шт.). Подвижные игры: «Караси и щука», «Третий лишний», «День» и «ночь», «Пустое место», «Волк во рву», «Салки простые», «Белые медведи». Подвижные игры неспецифическими средствами футбола
7		Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	Упражнения с набивными мячами, гантелями, на тренажерном оборудовании. Переноска и перекладывание груза. Упражнения с резиновым амортизатором и др. Многоскоки с ноги на ногу; с двух на две, тройной и пятерной с места, многократные до 10 раз. Выпрыгивание вверх из приседа.
8		Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Многократные броски набивного мяча весом до 2 кг вверх в прыжке и ловля (мяч зажат спотами ног).
1	Апрель	Тактика нападения	Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Эффективно использовать изученные технические приемы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации. Взаимодействие с партнерами при равном соотношении с соперником, используя короткие

			и средние передачи. Взаимодействие двух и трех игроков. Комбинации в парах: «скрещивание». Начало и развитие атаки из стандартных положений.
2		Тактика защиты	Взаимодействие в обороне при численном большинстве сил соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнеров. Организация противодействия комбинациям «скрещивание». Закрепление умения взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Закрепление умения организации и построение «стенки» Организация обороны по принципу зонной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр. Углубленное разучивание и закрепление. Подвижные и спортивные игры по упрощенным правилам. Учебные и тренировочные игры 3x3, 4x4, 5x5, применяя в них изученный программный материал.
3		Тактика вратаря	Закрепление умения организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; подсказывать партнерам при обороне, как занять правильную позицию
4		Интегральная подготовка	Упражнения интегрального характера: передачи мяча в парах в движении с использованием комбинации «скрещивание» с последовательным ударом по цели. Игры: 2 против 1, 3 против 1,4 против 2 с целевыми заданиями. Организация атаки при использовании противником обороны по принципу зонной защиты и организация обороны по принципу зонной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке от ворот, выбор

			позиции и взаимодействие игроков при обороне, атака противника от своих ворот. Обучение игре в квадратах 3 х3, 4х4, 5х5 с одним нейтральным. Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, используя полученные навыки по заданию тренера
5		Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель. Игра	Ведение игры по избранной тактической системе и ее вариантов; взаимодействия игроков всех тактических линий команды; умения переходить в ходе состязания к другому варианту игры
6		Отбор мяча перехватом в движение	Умение выдерживать высокий темп игры, правильно распределяя силы игроков вовремя состязания; менять темп, ритм и характер игры в зависимости от создавшейся в состязании ситуации; разумно сочетать индивидуальные и коллективные действия.
7		Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	Быстрота развития атаки из глубины обороны; создание численного превосходства в атаке за счет быстрых перемещений игроков. получения мяча, освобождаясь от персональной опеки соперника и после передачи мяча партнеру.
8		Ведение мяча + удар по воротам. Игра	Перекрытие всех игроков команды соперника после потери мяча, стараясь возможно быстрее вновь овладеть мячом; взаимопонимание и взаимостраховку; создание численного превосходства в обороне
1	Май	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	Быстрота организации атак, выполнение продольных и диагональных, средних и длинных передач. Тактические комбинации со сменой иг- ровых мест в ходе развития атаки. Создание численного перевеса в атаке за счет подключения полузащитников и крайних защитников. Острота действия в завершающей фазе атаки

2		Прием мяча различными частями тела. Игра в большой квадрат	<p>Определение направления возможного удара, занимая в соответствии с этим занимать наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах. Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне.</p> <p>Определение направления возможного удара, занимая в соответствии с этим занимать наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах. Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне.</p>
3		Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	Слаженность действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника. Усиление обороны за счет увеличения числа обороняющихся игроков.
4		Совершенствование удара внешней частью подъема. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности. Ведение мяча (средней и внешней частью подъема) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
5		Техники отбивания мяча Перебрасывание набивных мячей.	<p>Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4м), из положения, сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами.</p> <p>Отбивание; мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Прыжки с высоты 40см, в длину с места (около 100см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребёнка, с разбега; (не менее 50см).</p>
6		Разбор игроков. Комбинация	Вбрасывание мяча из различных

		«стенка». Упражнение змейка + удар по воротам. Игра.	исходных положений с места и после разбега на точность и дальность вбрасывания, для остановки его изученными приемами стоящему и двигающемуся партнеру. Определение направления возможного удара, занимая в соответствии с этим занимать наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах. Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне.
7		Соревнования по футболу между командами	Слаженность действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника. Усиление обороны за счет увеличения числа обороняющихся игроков.
8		Соревнования по футболу между командами	

Всего: 56 занятий

Взаимодействие с воспитателями старших и подготовительных групп к школе

НОД:

- Аппликация: «Футболка для игрока», «Футбольный кубок»
- Рисование: «Магазин мячей»
- Лепка: «Футболист»
- ФЭМП: лабиринты: «В какие ворота попадет мяч»?
- Ознакомление с окружающим миром: «Презентация «Российский футбол», «Чемпионат мира» «Олимпиада»
- Ознакомление с художественной литературой: чтение стихотворения Л. Курзаевой «Матч».
- Развитие речи: «Составление рассказов-описаний по схемам на тему футбола».

III. Организационный раздел

1.Режим занятий

Возраст	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Продолжительность занятий	20 мин	25 мин	30 мин
Количество детей в группе	До 20 человек		

Количество занятий в неделю	2
Количество учебных часов в месяц	8
Количество учебных часов в год	56

2. План учебно-тренировочных занятий

№	Наименование тем	Количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	2	-
2.	Техническая подготовка	10	2	8
3.	Тактическая подготовка	8	2	6
4.	Общая физическая подготовка	8	2	6
5.	Специальная физическая подготовка	10	2	8
6.	Игровая подготовка	14	-	14
7.	Соревнования	2	-	2
8.	Контрольно-проверочные занятия	2	-	2
	Психологическая, теоретико-тактическая подготовка	В тренировочном процессе		
	ИТОГО:	56	10	46

3. Календарный учебный график

Содержание занятий	О.	Н.	Д.	Я.	Ф.	М.	А.	Всего часов
О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	1	1	2	1	1	1	1	8
С.Ф.П.(специальная физическая подготовка)	1	2	2	1	2	1	1	10
Т.П. (техническая подготовка)	1	1	1	1	2	2	2	10
Игровая подготовка	2	2	2	2	1	2	1	12
Соревнования				1	1	1	1	4
Тактическая подготовка	1	2	1	1	1	1	1	8
Контрольно-проверочные занятия	1						1	2
Инструктаж	1			1				2
Психологическая, теоретико-тактическая подготовка	В тренировочном процессе							
Всего часов	8	8	8	8	8	8	8	56

4. Система оценки качества реализуемой программы

Результатом реализации программы должно стать владение ребенком навыками игры в мини футбол, выполнение нормативов (ФП), участие в соревнованиях и турнирах по мини футболу.

Способы определения результативности

В ходе учебно-тренировочной работы тренер систематически ведет учет успеваемости обучающихся через:

- текущий контроль: тестирование, опрос, наблюдение
- промежуточный контроль: в середине учебного года, по оценке уровня подготовленности и овладения специальными навыками обучающиеся сдают нормативы, указанные в таблице
- итоговый контроль: выступление на соревнованиях по футболу г.о.г. Бор

ФИ ребенка	Ведение мяча ногой	Остановка мяча	Отбор мяча	Удар п мячу носком и внутренней стороной стопы	Удар по воротам
Ваня И.	выполнил	выполнено с незначительными ошибками	не выполнил	выполнено без ошибок	2 попадания

1.Ведение мяча по прямой и «змейкой»:

- «выполнил» / « не выполнил»

2.Остановка мяча, отбор мяч, удар по мячу носком и внутренней стороной стопы:

- упражнение выполнено без ошибок
- упражнение выполнено с незначительными ошибками
- упражнение выполнено с грубыми ошибками
- упражнение не выполнено

3.Отбор мяча:

- «выполнил» / « не выполнил»

4. Удар п мячу носком и внутренней стороной стопы:

- упражнение выполнено без ошибок
- упражнение выполнено с незначительными ошибками
- упражнение выполнено с грубыми ошибками

упражнение не выполнено

Удар ногой по мячу по воротам (3 попытки)

- 3 попадания
- 2 попадания
- 1 попадание
- нет попаданий

Формы проведения итоговой реализации программы:

- участие в соревнованиях между учебными группами д/с
- участие в товарищеских играх;
- участие в матчевых встречах;
- открытые занятия;

- соревнования.

Тесты физической подготовленности

Метод тестирования дает возможность оценить уровень подготовленности дошкольников.

Контроль осуществляется по таблице нормативов.

Показатель	Показатели развития		
	Точка роста	Стадия развития	Сформировано
Быстрота			
Бег 30м.	9.0-8.5	8.4-7.6	7.5-7.3
Скоростно- силовые качества			
Прыжок в длину с места (см.)	85.8-86.2	86.3-108.7	108.8-109.2
Бросок набивного мяча из-за головы, стоя (см.)	209-220	221-303	304-309
Ловкость			
Бег на 10м. между предметами (с.)	5.8-5.1	5.0-4.5	4.4-4.0

Бросок набивного мяча. (1 кг.) двумя руками из – за головы из исходного положения стоя.

Испытание проводится на ровной площадке длиной не менее 10 м. ребенок встает у контрольной линии разметки и бросает мяч из – за головы двумя руками вперед из исходного положения стоя, одна нога впереди, другая сзади или ноги врозь. При броске ступни должны сохранять контакт с землей. Допускается движение вслед за произведенным броском. Делаются 3 попытки. Засчитывается лучший результат.

Прыжок в длину с места

Обследование прыжков в длину с места можно проводить на участке детского сада в теплое время, а в помещении в холодное время года. Прыжок выполняется в заполненную песком яму для прыжков или гимнастический мат.

Ребенку предлагают, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляться на обе ноги. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (в см.). Делаются 3 попытки. Засчитывается лучшая из попыток.

Бег на дистанцию 30 метров

Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 м, ширина 3 м). На дорожке отмечаются линия старта и линия финиша. Тестирование проводят двое взрослых; один находится с флажком на

линии старта, второй (с секундомером) — на линии финиша. За линией финиша на расстоянии 5 — 7 м ставится яркий ориентир. По команде «внимание» ребенок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «марш»- взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребенка). В это время педагог, стоящий на линии финиша, включает секундомер. Во время короткого отдыха (3—5мин) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагаются две попытки, фиксируется лучший результат.

Бег змейкой 10м.

Тест проводится на спортивной площадке или в зале длиной не менее 15 м. Намечается линия старта, которая является одновременно и линией финиша. От линии «старта» на расстоянии 5 м кладутся 2 больших мяча, от них на расстоянии 3 м еще 2 больших мяча параллельно первым и еще 2 мяча на таком же расстоянии. Таким образом, дистанция делится на 3 зоны. Расстояние между мячами 2 м. Необходимо указать направление движения стрелками. По команде «На старт!» ребенок становится позади линии старта. По команде «Марш!» ребенок бежит зигзагом в направлении, указанном стрелкой между мячами и финиширует. Педагог выключает секундомер только после того, как ребенок пройдет всю дистанцию. Время измеряется с точностью до 1/10с. Тест проводится одним ребенком 2 раза и фиксируется лучший результат.

Тесты по технической подготовленности

Жонглирование мячом ногами.

Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой. Удары, выполненные одной ногой дважды, засчитываются за один удар. Из трех попыток учитывается лучший результат.

Бег 30 м с ведением мяча.

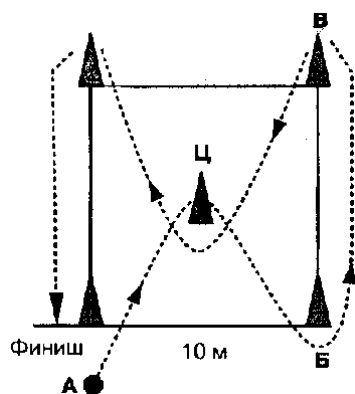
Испытуемый с мячом занимает позицию за линией старта. По сигналу игрок ведет мяч к линии финиша, выполняя на данной дистанции не менее трех касаний мяча ногами. Ведение осуществляется любым способом. Упражнение считается законченным, когда испытуемый пересечет линию финиша. Учитывается время выполнения упражнения. Даются две попытки. Засчитывается лучший результат.

Ведение мяча по «восьмерке» (рис 1.)

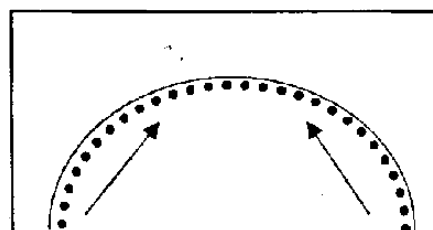
На площадке стойками обозначается квадрат со сторонами 10 м. Одна стойка устанавливается в середине квадрата. По сигналу испытуемый ведет мяч от стойки А к стойке Ц, обходит ее и движется к стойке Б. Обведя ее, он направляется к стойке В, обгибает ее с внешней стороны и вновь ведет мяч к стойке Ц. Обводя эту стойку уже с другой стороны, он движется к стойке Г. Обогнув ее, испытуемый финиширует у стойки А. Ведение мяча осуществляется только внутренней и внешней частью подъема. Учитывается время выполнения задания. Из двух попыток засчитывается лучшая.

Ведение мяча по границе штрафной площади (рис 2.)

Испытуемый с мячом встает перед пересечением штрафной и вратарской линий. По сигналу он начинает ведение мяча подошвой правой ноги по границе штрафной площади до пересечения ее с линией ворот. Как только мяч пересечет эту точку, испытуемый разворачивается и начинает ведение мяча подошвой левой ноги в обратном направлении по границе штрафной площади. После пересечения с мячом линии ворот, фиксируется время прохождения дистанции.



(рис 1.)



(рис 2.)

5. Материально-техническое оснащение Спортивный инвентарь и оборудование

- Спортивный комплекс 1 шт.;
- Шведская стенка – 8 пролетов;
- Тренажеры:
 - «Беговая дорожка» 2шт.,
 - «Велотренажёр» 1шт.,
- Диск «Здоровье» 8шт.;
- «Батут без держателя» 2шт.,
- «Эспандер кистевой и пружинный» 20 шт.,
- «Бегущий по волнам» 2шт.;
- «Пресс» 3 шт.;
- «Турник» 1шт.
- Ворота футбольные 2 шт.;
- Гимнастические скамейки 4 шт.;
- Гантели 20 кп.;
- Эспандер пружинный 10шт.;
- Эспандер резиновый 10 шт.;
- Эспандер кистевой 15 шт.;
- Мячи футбольные 20 шт.;
- Мячи набивные 15 шт.;
- Стойки для прыжков в высоту 2шт.;
- Скакалки короткие 20шт.;

Ориентиры конусы 20 шт.;
Ориентиры полусферы 10 шт.;
Маты гимнастические 7шт.;
Индивидуальные коврики 25 шт.

Дидактические пособия и игры

карточки-схемы для индивидуальной работы;
карточки-схемы для круговой тренировки.

Измерительные приборы и приспособления

Рулетка 1шт.;
Секундомер 2шт.;
Шагомер 20 шт.;
Динамометр кистевой детский 1шт.;
Землемерный циркуль (сажень)
Песочные часы 2шт.

6. Литература

- 1.Адашквичене Э.Й.«Спортивные игры и упражнения в детском саду. М.: Просвещение, 1992.
- 2.Андреев С.Н., Алиев Э. Г. Мини футбол в школе. - М.: Просвещение, 2008.
- 3.Волошина Л.И. Играйте на здоровье.- М.: 2004.
- 4.Годик М.А., Бороздов Г.Л. , Котенко Н.В., Малышев В.Н. , Кулин Н.А., Российский С.А. Типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва.- Москва, 2011.
- 5.Громова О.Е. Спортивные игры для детей. – М.: Творческий центр, 2002.
- 6.Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду. Конспекты занятий.- Москва, 2009.
- 7.Мутко В.Л., Андреев С.Н. Мини футбол игра для всех. -М.: СФЕРА, 2008.
- 8.Сучилин А.А. Футбол во дворе.- Москва, 1978.
- 9.Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. – М.: СФЕРА, 2005.
- 10.Юный футболист. Учебное пособие для тренеров. Под общей редакцией Лаптеева А.П., Сучилина А.А.- М.: Просвещение, 1983

Правила игры для дошкольников

Цель игры.

Игра проводится между командами по пять игроков. Цель каждой команды в игре – забросить как можно больше мячей в ворота соперника, соблюдая при этом правила игры.

Участники игры.

Каждая команда состоит из 4 играющих на площадке, 1 вратаря и нескольких запасных. Один из игроков - капитан.

Форма одежды.

Игроки одной команды должны иметь отличительные знаки, которые одевают на спину и грудь. Обмундирование игрока состоит из футболки, спортивных трусов, гетр, и спортивной обуви. Одежда вратаря по цвету должна отличаться от одежды игроков обеих команд.

Судейство.

Воспитатель следит за выполнением игроками правил игры, делает замечания и дает сигналы при нарушении правил, засчитывает попадания мяча в ворота, разрешает споры.

Время игры.

Продолжительность игры составляет два равных периода по 10 минут "чистого времени". Инструктор по физической культуре контролирует время игры, не останавливая часов. Во время перерыва и в конце игры проводится малоподвижная игра с мячом (3-4 минуты). С целью приведения организма ребенка в более спокойное состояние.

Результат игры.

Мяч считается забитым в ворота, если он полностью пересек линию между стойками и под перекладиной и если при этом игрок атакующей команды умышленно не внес, не вбросил и не протолкнул мяч в ворота рукой.

Команда, забившая в течение всего мяча большее количество голов, считается победителем. Если не было забито ни одного мяча или команды забили одинаково количество голов, то игра считается закончившейся вничью.

Правила проведения игры.

Перед началом игры: Проводится жеребьевка для выбора сторон площадки или права начального удара. Команда по жребию получает право выбрать сторону площадки или начальный удар. По сигналу воспитателя один из игроков начинает игру ударом с места (т.е. ударом ногой по неподвижному мячу, лежащему в центре площадки), мяч при этом должен быть направлен на половину площадки соперников. Все игроки должны находиться на своей половине площадки.

Игрок, выполнивший начальный удар, не имеет права вторично коснуться мяча раньше кого-либо из остальных игроков. После забитого мяча игра возобновляется так же, как и в начале игры, той командой, в

ворота которой был забит гол. После перерыва между таймами команды меняются сторонами площадки, и начальный удар выполняется игроком той команды, которая не производила его в начале игры. Если игрок, выполнивший начальный удар, вторично касается мяча раньше кого-либо из остальных игроков, то судья должен остановить игру и назначить свободный удар, который пробивается игроком противоположной команды с места, где произошло вторичное касание.

Мяч, забитый в ворота непосредственно с начального удара, не засчитывается. При розыгрыше "спорного мяча" судья, взяв мяч в руки, дает ему возможность упасть на площадку. Мяч считается в игре после того, как он коснется площадки. Если при этом мяч выйдет за пределы площадки прежде, чем коснется ее поверхности, то судья должен повторить розыгрыш "спорного мяча". Ни один из игроков не должен касаться мяча до тех пор, пока он не коснется площадки. При несоблюдении этого условия розыгрыш "спорного мяча" повторяется.

Мяч в игре и вне игры.

Мяч считается вышедшим из игры:

- а) он полностью пересек линию ворот или боковую линию по поверхности площадки или воздуху;
- б) игра остановлена судьей.

В течение всего остального времени, от начала до окончания матча, мяч считается в игре, в том числе и в тех случаях, когда:

- а) мяч отскакивает на площадку от стойки ворот или от перекладины;
- б) мяч попадает в судью, находящегося в пределах площадки;
- в) произошло нарушение правил, но судья еще не остановил игру.

Прошито скреплено
десятью
Зав. Юшица
документов

пронумеровано
37
листа (об)
Птахомкина