

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 82

Принято

На заседании Педагогического совета
Протокол № 1 от 30.08.2023

Утверждено

Приказом № 156-о от 01.09.2023
Заведующий МАДОУ № 82
А.И. Шаяхметова



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно - спортивной направленности
«Футбол»**

Возраст обучающихся: 5 – 7 лет.

Срок реализации – 2 года.

Автор- составитель:
Чащин Андрей Сергеевич
педагог дополнительного образования

Екатеринбург, 2023

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Название раздела		Стр.
1. Комплекс основных характеристик	1.1. Пояснительная записка	3
	1.2. Цели и задачи реализации программы	4
	1.3. Содержание общеразвивающей программы	6
	1.4. Планируемые результаты	22
2. Комплекс организационно-педагогических условий	2.1. Условия реализации программы	22
	2.2. Формы контроля и оценочные материалы	23
3. Список литературы		24

1. Комплекс основных характеристик

1.1. Пояснительная записка

В общей системе всестороннего развития человека физическое воспитание ребенка занимает важное место. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Известно, что здоровье ребенка зависит от ряда факторов - биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от характера педагогических воздействий. В многоаспектном выражении нормальное психофизическое развитие ребенка в дошкольном возрасте и последующее сохранение его здоровья зависят от уровня двигательной активности, потребность в которой для дошкольника является естественной. Потребность в движении, повышенная двигательная активность - наиболее важные биологические особенности детского организма. При их недостатке возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

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

Отличительная особенность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья. На занятиях создаются условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, дается возможность раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого ребенка. В программе рационально распределяется двигательная нагрузка дошкольников: с учетом физиологической реакции детей, соответствие нагрузки их возрастным и индивидуальным возможностям, уровнем подготовленности.

Игра футбол развивает ловкость, ритмичность, координацию и точность движений. Разнообразие движений и их вариантов дает возможность развивать и совершенствовать быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость. Наряду с физическим развитием детей решаются задачи нравственного, умственного и эстетического воспитания. Во время игры в футбол тренер активно формирует у них нравственно-волевые качества: целеустремленность, настойчивость, выдержку, смелость.

Программа направлена на оздоровление и физическое развитие детей, на формирование таких физических и психологических качеств и способностей, которые позволят осваивать футбольные навыки.

Адресат Программы - *дети 5-7 лет.*

Возрастные и индивидуальные особенности детей 5-7 лет

Для периода 5-7 летнего возраста характерно плавное развитие функциональных систем с некоторым преобладанием темпов роста тела относительно массы. Продолжается окостенение скелета, хотя кости еще достаточно мягкие и легко поддаются искривлению. Позвоночник отличается большой гибкостью, формируется шейная и грудная кривизна. Связочный аппарат обладает высокой эластичностью. Мышцы развиваются неравномерно - вначале крупные туловища, нижних конечностей и плечевого пояса; позднее мелкие мышцы. В этот период

прирост силы мышц верхних конечностей интенсивнее, чем нижних. Способность дифференцировать мышечные усилия, как и способность к расслаблению мышц, развиты слабо.

Работа сердца еще не совершенна, кругооборот крови составляет 16 с. Удовлетворение потребности организма в кислороде в покое требует более напряженной работы сердца (86-90 уд/мин). Во время занятий футболом сердечно-сосудистая система работает с очень большим напряжением, так как на каждый удар пульса приходится меньше кислорода, чем у взрослых.

Однако артерии детей более эластичны, капилляры широки, вены узки, поэтому процесс окисления идет активнее и период восстановления более короток.

К 6-7 годам улучшается работа дыхательной системы. Частота дыхания урывается до 23 раз у семилетних детей. Возрастает дыхательный объем, жизненная емкость легких увеличивается до 1400 мл.

Несовершенство механизмов потребления, транспорта и утилизации кислорода является лимитирующим фактором адаптации детей этого возраста к длительной мышечной работе. У детей 5-7 лет наблюдается повышенная возбудимость, быстрая смена желаний и эмоций, кратковременность активного внимания.

Установлено, что уровень спортивного мастерства юных футболистов в возрасте 5-7 лет зависит, в первую очередь, от таких показателей, как масса тела, физическая работоспособность, максимальная скорость бега, время сложной двигательной реакции, уровень скоростно-силовых качеств и степень комплексного проявления быстроты, ловкости и техники владения мячом в специфических сложно-координационных заданиях.

Таким образом, можно отметить, что формирование организма в детском возрасте проходит неравномерно. Имеются периоды ускоренного и замедленного развития отдельных органов и систем. В связи с этим анатомо-физиологические особенности созревания детского организма должны учитываться в процессе обучения юных футболистов.

Направленность программы физкультурно-спортивная.

Срок реализации программы: 2 года.

Состав группы: 15-20 человек.

Продолжительность занятий: до 45 мин.

Режим и форма занятий: групповые занятия проводятся в спортивном зале и на спортивной площадке 2 раза в неделю.

Объем программы: 72 часа на учебный год, за два года обучения общий объем – 144 часа.

Уровневость программы: стартовый уровень.

Виды занятий: тренировка.

Форма подведения результатов: открытое занятие, участие в соревнованиях.

1.2. Цель и задачи реализации программы

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

Задачи:

Обучающие:

- формировать у дошкольников представление о здоровом образе жизни, о спорте, об игре в футбол;
- познакомить детей с основными правилами и принципами игры;
- накапливать и обогащать двигательный опыт детей (бег, бег с изменением направления и скорости, бег спиной вперед, бег приставными шагами, и т.д.);
- формировать у детей первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в футбол (ведение, остановка, удар, передача).

Развивающие:

- содействовать в развитии физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, сила, гибкость) личности ребенка.

Воспитательные:

- способствовать воспитанию у детей активности, сознательности, морально-волевых качеств, уверенности в своих силах, уважительного отношения к себе и окружающим;

- сформировать у дошкольников интерес и желание вести здоровый образ жизни.

Принципы и подходы формирования Программы

В физическом воспитании наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и т.д.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания. Перечислим основные из этих принципов:

- всестороннее и гармоническое развитие личности;
- связь физической культуры с жизнью;
- оздоровительная направленность физического воспитания;
- непрерывность и систематичность чередования нагрузок и отдыха;
- постепенность наращивания развивающих, тренирующих воздействий;
- цикличное построение занятий;
- возрастная адекватность направлений физического воспитания.

Общепедагогические принципы:

Принцип осознанности и активности направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм.

Принцип систематичности и последовательности обязателен для всех форм физического воспитания: формирования двигательных навыков, закаливания, режима. Систематичность проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению нового движения и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала.

Принцип повторения двигательных навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений образуются двигательные навыки, вырабатываются динамические стереотипы.

Принцип вариативности упражнений строится на усвоении нового и повторении в разнообразных вариантах разученных движений. Характер вариативности упражнений может проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приемов, в различных формах физкультурных занятий. Включение вариантных изменений в стереотипы выполнения движений предполагает соблюдение *принципа постепенности*.

Принцип наглядности — предназначен для связи чувствительного восприятия с мышлением. Он способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в движении. В практике физического воспитания используется непосредственная и опосредованная наглядность. Непосредственная наглядность выражается в показе педагогом разучиваемого двигательного действия.

Соблюдение *принципа доступности* предполагает, что, мобилизуя умственные и физические способности, ребенок успешно справляется с программным материалом. Данные об индивидуальных возможностях ребенка педагоги получают путем тестирования и диагностирования, изучения результатов медико-педагогического контроля. Педагог подбирает упражнения, которые соответствуют функциональным и приспособительным возможностям детского организма, не нанося ущерба его здоровью. В процессе физического воспитания границы доступного для ребенка материала расширяются. Недоступное ему на раннем этапе в дальнейшем становится доступным и выполнимым.

Принцип индивидуализации предполагает необходимость учета функциональных возможностей, типологических особенностей ребенка. Он позволяет улучшать врожденные задатки, развивать способности, тренировать нервную систему, воспитывать положительные качества и способности ребенка. Принцип индивидуализации в физическом воспитании осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности, тренер всесторонне развивает ребенка, планирует и прогнозирует его развитие.

Принцип непрерывности выражает закономерности построения физического воспитания как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха. Сочетание высокой активности и отдыха в разных формах двигательной деятельности

ребенка повышает их эффективность, что выражается в динамичности закономерных изменений содержания и формы параметров функциональных нагрузок от занятия к занятию, от этапа к этапу.

Тенденция постепенного увеличения нагрузок строится на основе *принципа постепенного наращивания* развивающе-тренирующих воздействий. Она выражает поступательный характер и гарантирует развивающий эффект системы физических упражнений и обуславливает усиление и обновление воздействий в процессе физического воспитания.

1.3. Содержание общеразвивающей программы:

- 1) Техника передвижения игрока:
 - ходьба в сочетании с бегом
 - бег с изменением направления
 - бег с изменением скорости
 - бег приставными шагами
 - бег спиной вперед
 - бег с высоким подниманием бедра
 - бег челночный
 - защитная стойка
 - прыжки на одной и на двух ногах
 - прыжки вперед, назад и в стороны.
- 2) Удар по мячу:
 - внутренней стороной стопы по неподвижным и катящимся мячам
 - удар серединой подъема по неподвижным и катящимся мячам
 - удары по неподвижному мячу: после прямолинейного бега; после зигзагообразного
 - прямолинейное ведение и удар
 - обводка стоек и удар.
- 3) Остановка мяча:
 - остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы
 - остановка катящегося мяча подошвой
 - остановка мяча катящегося под разным углом
 - остановка мяча летящего стопой, бедром.
- 4) Ведение мяча:
 - ведение внешней стороной подъема
 - ведение с разной скоростью и сменой направления
 - ведение с обводкой стоек
 - ведение с применением обманных движений
 - ведение с последующим ударом в цель
 - ведение после остановок разными способами.
- 5) Передача мяча:
 - передачи, выполняемые разными частями стопы
 - передачи короткие и средние
 - передача неподвижного мяча
 - передача катящегося мяча.
- 6) Тактическая подготовка:
 - «Открывание»
 - передачи
 - ведение и обводка
 - удары по воротам
 - обманные движения.
- 7) Теоретическая подготовка:
 - футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире
 - учимся играть в футбол
 - умеете нападать, умеете защищать

- простейшие правила игры
- как избежать травматизма
- как достичь положительного результата.

Учебный тематический план первого года обучения

№	Содержание занятий	Количество часов			Форма контроля
		Всего	теория	Практика	
1.	Теоретическая подготовка	2	2	-	Беседа
2.	Школа мяча	32	-	32	Тестирование (диагностика физ. подготовки детей)
3.	Тактическая подготовка	17	-	17	Игра в футбол
4.	Техническая подготовка	19	-	19	Игра в футбол
5.	Диагностика	2	-	2	Тестирование (диагностика физ. подготовки юных футболистов)
6.	Всего:	72	2	70	

Содержание учебного (тематического плана) первого года обучения

месяц	№ п/п,	Тема занятия	Содержание
октябрь	1	Простейшие правила игры	Теория: Беседа: Учимся играть в футбол, простейшие правила игры. Как избежать травматизма
	2	Диагностика	Практика. Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м).
	3	Школа мяча	Теория: Правила игры в футбол.
	4	Школа мяча	Практика: Перебрасывание мяча друг другу стоя способ из-за головы. Метание малого мяча в вертикальную цель, в броске мяча вверх и ловле его двумя руками. Игр. упр. «Головой удерживая мяч», «Подскок», «Мяч в обруч». П/и.: «Колобок». Игра в мини футбол.
	5	Техника передвижения, скоростное ведение	Практика: Бег через набивные мячи. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Ведение мяча с изменением направления. Игр. упр. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой, «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч

			ногой по кругу. П/и. «Пустое место» (пятнашки с вызовом). Игра в футбол.
	6	Техника передвижения, ведение мяча	Практика: Ведение мяча между ориентирами. Удары по неподвижному мячу. Игр.упр. «Попади в цель» - дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в ворота. Игра в футбол.
	7	Техника передвижения, ведение мяча	Практика: Ведение мяча, удары по неподвижному мячу Ведение мяча между ориентирами. Удары по неподвижному мячу. Игр.упр. «Подвижная цель» - дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в водящего, «Чей мяч дальше?». П/и. «Разноцветный мячик». М/п игра «Тик-так».
	8	Техника передвижения ведение мяча	Практика: Бег по прямой и спиной вперед. Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр. ». «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед, «Футбол вдвоем» - игра в парах: приемы мяча – игровая задача – не потерять мяч, ведение мяча с передачи. П/и «Мяч и веревка». М/п игра «Будь внимательным».
	9	Школа мяча, ведение мяча	Практика: Бросание мяча друг другу вперед-вверх от головы двумя руками в приседе. Отбивание мяча об стенку с хлопком. Игр. упр.: «Отбивалки», П/и.: «Летучий мяч». Игра в футбол.
Ноябрь	10	Школа мяча скоростное ведение по прямой	Практика: Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Бросок мяча двумя руками от груди в стену и ловля его партнером, стоящим сзади. Ведение мяча по прямой. Игр. упр.: «Не задень предмет», «Быстро за мячом». П/и.: «Защита крепости». Игра в футбол.
	11	Школа мяча Ведение с остановкой и изменением скорости	Практика: Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях, спиной друг к другу. Ведение мяча с остановкой и изменением скорости. Игр. упр.: «Переноска мячей». П/и: «Играй, играй, мяч не теряй». М/п игра «Повтори-ка».
	12	Школа мяча скоростное ведение с изменением направления	Практика: Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом. Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Ведение с изменением направления Игр. упр.: «Передал-садись». П/и.: «Успей поймать». Игра в футбол.
	13	Техника передвижения, передача мяча	Практика: Техника передвижения, передача мяча Бег по прямой и спиной вперед. Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр.. «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед, «Футбол вдвоем» - игра в парах: приемы мяча – игровая задача – не потерять мяч, ведение мяча с передачи. П/и «Мяч и веревка». М/п игра «Будь внимательным».
	14	Техника владения мячом	Практика: Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу .Передача мяча друг другу в движении. Удары по воротам; удар мяча о стену и

			обратно. Игр.упр.«Точный удар», «Кто больше отобьет». П/и. «Пятнашки». Игра в футбол
	15	Техника владения мячом	Практика: Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Удары по воротам. Игр. упр. «Вокруг света» ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях, «Не выпускать мяч из круга», «Забей в ворота». П/и. «Белые медведи». Игра в футбол
	16	Техника владения мячом	Практика: Ведение мяча восьмеркой, передачи мяча Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Ведение мяча парами. Передача мяча ногой по кругу. Игр. упр. «Ведение мяча парами», «Забей в ворота». П/и. «Мяч с топотом». Игра в футбол.
декабрь	17	Техника владения мячом	Практика: Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). Метание набивного мяча от груди двумя руками. Игр.упр. «Серпантин», «Передал - садись» - броски и ловля мяча. П/ и. «Ловля оленей». М/п игра «Летает - не летает».
	18	Техника владения мячом	Практика: Техника владения мячом (перекаты мяча в движении). Передача мяча друг другу, стоя на месте. Игр. упр. «Светофор» (во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста), «Три мяча». П/ и.: «Волк и олени». Игра в футбол.
	19	Техника передвижения	Практика: Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад) Игр.упр.«Найди свой цвет», «Туннель» -прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч. П/и.: «Стой!». Игра в футбол.
	20	Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча.	Практика: Ведение мяча вокруг себя правой, левой ногой. Подъем мяча. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног. «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».
	21	Школа мяча	Практика: Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Ведение мяча правой, левой ногой и вокруг себя. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, П/и.: Меткий стрелок» попадание мячом в обруч. Игра в футбол.
	22	Школа мяча	Практика: Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Удар мяча в цель. Игр. упр. «Найди свой цвет», «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка), «Попади в ворота» -удар мяча в ворота разными способами, с разных точек, П/и. «Мяч с топотом». Игра в футбол.
	23	Школа мяча	Практика: Челночный бег Челночный бег. Ведение мяча - челнок. Игр. упр. «Вышло солнце из-за речки», «По кочкам» (прыжки), «Дойди – не урони» - ведение

			мяча в средней и высокой стойке до черты. П/и.: «Успей поймать!». М/п игра «Ухо-лоб-нос». Игр.упр. «Горячая картошка». П/игра «У кого меньше мячей». Игра в футбол.
	24	Школа мяча	Практика: Передача мяча. Подскоки с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр. упр. равновесия «Колобок». П/игра «У кого меньше мячей». Игра в футбол.
	25	Школа мяча	Практика: Передача мяча. Подскоки с продвижением вперед, мяч за головой. Передача мяча. Подскоки с продвижением вперед, мяч за головой.
январь	26	Школа мяча	Практика: Игра по упрощенным правилам 3 на 3.
	27	Техника владением мячом	Практика: Ведение мяча восьмеркой, передачи мяча Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Ведение мяча парами. Передача мяча ногой по кругу. Игр. упр. «Ведение мяча парами», «Забей в ворота». П/и. «Мяч с топотом». Игра в футбол.
	28	Техника владением мячом	Практика: Игра в футбол по заданию Игр. упр. «С двумя мячами», «Борьба за мяч». Игра в футбол.
	29	Школа мяча	Практика: Ознакомление с обманными движениями. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. П/ игры «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол.
	30	Школа мяча	Практика: Ведение с передачей мяча партнеру. Передача мяча в парах. Игра в футбол.
	31	Техника передвижения	Практика: Игра в футбол по заданию.
	32	Школа мяча	Практика: Ведение мяча с обманными движениями. Передача мяча в парах. Эстафета «Гачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. П/игра «Отбивка оленей». М/п игра «Жучок на спине» – формирование правильной осанки.
Февраль	33	Техника передвижения	Практика: Передача мяча в движении, открывание. Передача мяча в движении. Ведение мяча. Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами (открывание). П/и. «Ловля оленей», «Мяч капитану». Игра в футбол.
	34	Школа мяча	Практика: Перебрасывание мяча из одной руки в другую. Отбивание мяча на месте. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками. Прокатывание мяча вперед головой. Игр. упр. «Передал - садись» -броски и ловля мяча, «Светофор» - во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста. П/и «Салки с мячом». М/п игра. «Передай мяч соседу».

	35	Школа мяча	Практика: Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. Ведение мяча с обманными движениями. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».	
	36	Школа мяча	Практика: Передача мяча в парах. Передача мяча друг другу в быстром темпе. Открывание. Игр. упр. «Лови, бросай – падать не давай», «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Меткий стрелок».	
	37	Техника передвижения	Практика: Передача мяча в тройках. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр. упр. «Кто быстрее?». П/игра «Пустое место». М/п игра «Мяч по кругу».	
	38	Техника владением мячом	Практика: Ведение с последующим ударом в цель. Ведение с последующим ударом в цель, с разных участков поля. Игра в футбол. Релаксация «Наедине с дождем».	
	39	Техника владением мячом	Практика: Ведение мяча с препятствиями. Игр. упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол. Релаксация «Волшебный сон».	
	Март	40	Школа мяча	Практика: Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча обеими руками. Бросание мяча и ловля его двумя руками. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок».
		41	Школа мяча	Практика: Передача мяча через сетку в парах способом из-за головы. Ползание под дугами, головой прокатывая набивной мяч. Передача мяча в тройках, в движении. П/игра «Успей перебежать». «Здравствуй, догони!». Игра в футбол.
		42	Школа мяча	Практика: Игра по упрощенным правилам 1 на 1
		43	Школа мяча	Практика: П/и. «Займи свободный кружок». Игра в футбол.
44		Техника передвижения	Практика: Развитие силы и координации. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ногами. П/игры «Штандр. Мячик сверху», «Удочка». Игра в футбол. М/п игра «Кузнечик» – формирование правильной осанки.	
45		Техника передвижения	Практика: Развитие координации, техника владения мячом. Бег по координационной лесенке. Футбольное путешествие. П/и. «Пятнашки с мячом», «Беспокойный мяч». М/п игра «Вызов по имени».	

Апрель	46	Техника владением мячом	Практика: Элементы игры в волейбол Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от. Игра в зайчика 3х1. П/игры «Не урони мяч». «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол М/п игра «Сделай фигуру».
	47	Техника владением мячом	Практика: Игр. упр.: «Вышло солнце из-за речки» - бег врассыпную, быстро построиться возле своего обруча. «Попади в корзину» - бросок мяча в корзину разными способами, с разных точек. П/и. «Гонка мячей», «У кого меньше мячей», «Займи свободный кружок». М/п игра «Ручеек с мячом».
	48	Школа мяча	Практика: Игра по упрощенным правилам 1 на 1
	49	Школа мяча	Практика: Игра по упрощенным правилам 3 на 3
	50	Школа мяча	Практика: Игра по упрощенным правилам 1 на 1
	51	Школа мяча	Практика: Игра по упрощенным правилам 4 на 4
	52	Школа мяча	Практика: Перебрасывание мяча друг другу стоя, способ из-за головы; метание мяча вдаль правой и левой рукой. Игр. упр.: «Вперед с мячом». П/и: «Поймай мяч». Игра в футбол.
	53	Техника передвижения	Практика: «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед. «Чей мяч дальше?» - удары по неподвижному мячу. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игр.упр.«Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу, «Обратный поезд».
	54	Техника передвижения	Практика: Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад) Игр.упр.«Найди свой цвет», «Туннель» -прокатывание мяча между ног, «Льви, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч. Игра в футбол
	55	Техника владением мячом	Практика: Развитие координации, техника владения мячом Бег по координационной лесенке. Футбольное путешествие. П/и. «Пятнашки с мячом», «Беспокойный мяч». М/п игра «Вызов по имени».
56	Техника владением мячом	Практика: Развитие равновесия, техника владения мячом Ходьба по гимнастической скамье с перекладыванием малого мяча перед собой из правой руки в левую. Отбивание мяча от стены и ловля его двумя руками. Футбольное путешествие.	
57.	Школа мяча	Тестирование. Ведение мяча - челнок. Ведение мяча с обманными движениями. Передача мяча.	

май	58	Школа мяча	Практика: Индивидуальные действия без мяча. Выбор наиболее удобной позиции на игровом поле. Умение уйти из под контроля соперника и создать игровое пространство для себя и партнеров.
	59	Школа мяча	Практика: Действия без мяча. Открывание; отвлечение соперников; создание численного преимущества на отдельном участке поля.
	60	Техника владением мячом	Практика: Удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъемом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой(назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полета и различное направление полета. Удары в единоборстве. Удары на точность и дальность
	61	Техника владением мячом	Практика: Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения.
	62	Техника передвижения	Практика: Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча в цель.(игры без мяча-“волк и зайцы”, ”хвост тигра”, ”найди свой дом”.
	63	Техника передвижения	Практика: 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.
	64	Школа мяча	Практика: Целесообразное применение тех или иных приемов техники владения мячом в различных игровых ситуациях. Применение необходимого способа удара по мячу, остановок, в зависимости от направления, траектории и скорости движения мяча. Использование ведения и применение различных видов обводки в зависимости от игровой ситуации.
	65	диагностика	Тестирование. Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 x 2 м).
Июнь	66	Школа мяча	Практика: Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.
	67	Школа мяча	Практика: Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.
	68	Техника передвижения	Практика: Бег 30 м. на скорость. Челночный бег до 3x30 м., до 2x60м.Бег медленный до 10 мин. Прыжки в высоту с разбега способом перешагивание. Прыжки в длину с разбега.

	69	Техника передвижения	Практика: ОФП.Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лежа. Кругорые движения туловища, повороты и наклоны с одноименными движениями рук и ног, разноименные движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги в перед, в стороны, назад.
	70	Техника владением мячом	Практика: Остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Остановка грудью летящего мяча. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча.
	71	Техническая подготовка	Игра.
	72	Тактическая подготовка	Игра.

Учебный (тематический) план 2 – й год обучения.

№	Содержание занятий	Количество часов			Форма контроля
		Всего	теория	Практика	
1.	Теоретическая подготовка	2	2	..	Беседа
2.	Школа мяча	32	-	32	Тестирование (диагностика физ. подготовки юных футболистов)
3.	Тактическая подготовка	17	-	17	Игра
4.	Техническая подготовка	19	-	19	Игра
5.	Диагностика	2	-	2	Тестирование (диагностика физ. подготовки юных футболистов)
6.	Всего:	72	2	70	

Содержание учебно-тематического плана 2 – й год обучения.

месяц	№ п/п,	Тема занятия	Содержание
октябрь	1	Техника безопасности при занятиях в секции	Теория. Как избежать травматизма при игре в футбол.
	2	Диагностика	Практика Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м).

	3	Школа мяча	Практика: Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом. Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Ведение с изменением направления Игр. упр.: «Передал-садись». П/и.: «Успей поймать». Игра в футбол.
	4	Школа мяча	Практика Перебрасывание мяча друг другу стоя способ из-за головы. Метание малого мяча в вертикальную цель, в броске мяча вверх и ловле его двумя руками. Игр. упр. «Головой удерживая мяч», «Подскок», «Мяч в обруч». П/и.: «Колобок». Игра в мини футбол.
	5	Школа мяча	Практика Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. П/ игры «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол.
	6	Техника передвижения, ведение мяча	Практика Ведение мяча между ориентирами. Удары по неподвижному мячу. Игр.упр. «Попади в цель» - дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в ворота. Игра в футбол.
	7	Техника передвижения, ведение мяча	Практика Ведение мяча, удары по неподвижному мячу Ведение мяча между ориентирами. Удары по неподвижному мячу. Игр.упр. «Подвижная цель» - дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в водящего, «Чей мяч дальше?». П/и. «Разноцветный мячик». М/п игра «Тик-так».
	8	Техника передвижения ведение мяча	Практика Бег по прямой и спиной вперед. Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр. ». «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед, «Футбол вдвоем» - игра в парах: приемы мяча – игровая задача – не потерять мяч, ведение мяча с передачи. П/и «Мяч и веревка». М/п игра «Будь внимательным».
Ноябрь	9	Школа мяча, ведение мяча	Практика Бросание мяча друг другу вперед-вверх от головы двумя руками в приседе. Отбивание мяча об стенку с хлопком. Игр. упр.: «Отбивалки», П/и.: «Летучий мяч». Игра в футбол.
	10	Школа мяча скоростное ведение по прямой	Практика Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Бросок мяча двумя руками от груди в стену и ловля его партнером, стоящим сзади. Ведение мяча по прямой. Игр. упр.: «Не задень предмет», «Быстро за мячом». П/и.: «Защита крепости». Игра в футбол.
	11	Школа мяча Ведение с остановкой и изменением скорости	Практика Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях, спиной друг к другу. Ведение мяча с остановкой и изменением скорости. Игр. упр.: «Переноска мячей». П/и: «Играй, играй, мяч не теряй». М/п игра «Повтори-ка».
	12	Школа мяча скоростное ведение с изменением направления	Практика Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом. Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Ведение с изменением направления Игр. упр.: «Передал-садись». П/и.: «Успей поймать». Игра в футбол.

	13	Техника передвижения, передача мяча	Практика Техника передвижения, передача мяча Бег по прямой и спиной вперед. Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр.. «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед, «Футбол вдвоем» - игра в парах: приемы мяча – игровая задача – не потерять мяч, ведение мяча с передачи. П/и «Мяч и веревка». М/п игра «Будь внимательным».
	14	Техника владения мячом	Практика Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу .Передача мяча друг другу в движении. Удары по воротам; удар мяча о стену и обратно. Игр.упр.«Точный удар», «Кто больше отобьет». П/и. «Пятнашки». Игра в футбол
	15	Техника владения мячом	Практика Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Удары по воротам. Игр. упр. «Вокруг света» ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях, «Не выпускать мяч из круга», «Забей в ворота». П/и. «Белые медведи». Игра в футбол
	16	Техника владения мячом	Практика Ведение мяча восьмеркой, передачи мяча Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Ведение мяча парами. Передача мяча ногой по кругу. Игр. упр. «Ведение мяча парами», «Забей в ворота». П/и. «Мяч с топотом». Игра в футбол.
декабрь	17	Техника владения мячом	Практика Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). Метание набивного мяча от груди двумя руками. Игр.упр. «Серпантин», «Передал - садись» - броски и ловля мяча. П/ и. «Ловля оленей». М/п игра «Летает - не летает».
	18	Техника владения мячом	Практика Техника владения мячом (перекаты мяча в движении). Передача мяча друг другу, стоя на месте. Игр. упр. «Светофор» (во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста), «Три мяча». П/ и.: «Волк и олени». Игра в футбол.
	19	Техника передвижения	Практика Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад) Игр.упр.«Найди свой цвет», «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч. П/и.: «Стой!». Игра в футбол.
	20	Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча.	Практика Ведение мяча вокруг себя правой, левой ногой. Подъем мяча. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног. «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».

	21	Школа мяча	Практика Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Ведение мяча правой, левой ногой и вокруг себя. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, П/и.: «Меткий стрелок» попадание мячом в обруч. Игра в футбол.
	22	Школа мяча	Практика Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Удар мяча в цель. Игр. упр. «Найди свой цвет», «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка), «Попади в ворота» -удар мяча в ворота разными способами, с разных точек, П/и. «Мяч с топотом». Игра в футбол.
	23	Школа мяча	Практика Челночный бег Челночный бег. Ведение мяча - челнок. Игр. упр. «Вышло солнце из-за речки», «По кочкам» (прыжки), «Дойди – не урони» - ведение мяча в средней и высокой стойке до черты. П/и.: «Успей поймать!». М/п игра «Ухо-лоб-нос». Игр.упр. «Горячая картошка». П/игра «У кого меньше мячей». Игра в футбол.
	24	Техника владения мячом	Практика Передача мяча. Подскоки с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр. упр. равновесия «Колобок». П/игра «У кого меньше мячей». Игра в футбол.
	25	Техника владения мячом	Практика Передача мяча. Подскоки с продвижением вперед, мяч за головой. Передача мяча. Подскоки с продвижением вперед, мяч за головой.
январь	26	Беседа	Теория Беседа: как достичь положительного результата? Игра по упрощенным правилам 3 на 3.
	27	Техника владением мячом	Практика: Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом. Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Ведение с изменением направления Игр. упр.: «Передал-садись». П/и.: «Успей поймать». Игра в футбол. Ведение мяча восьмеркой, передачи мяча Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Ведение мяча парами. Передача мяча ногой по кругу. Игр. упр. «Ведение мяча парами», «Забей в ворота». П/и. «Мяч с топотом». Игра в футбол.
	28	Техника владением мячом	Практика Игра в футбол по заданию Игр. упр. «С двумя мячами», «Борьба за мяч». Игра в футбол.
	29	Тактическая подготовка	Практика Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. П/ игры «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол.
	30	Тактическая подготовка	Практика Ведение с передачей мяча партнеру. Передача мяча в парах. Игра в футбол.

	31	Техника передвижения	Практика Игра в футбол по заданию.
Февраль	32	Тактическая подготовка	Практика Ведение мяча с обманными движениями. Передача мяча в парах. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. П/игра «Отбивка оленей». М/п игра «Жучок на спине» – формирование правильной осанки.
	33	Техника передвижения	Практика Передача мяча в движении, открывание. Передача мяча в движении. Ведение мяча. Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами (открывание). П/и. «Ловля оленей», «Мяч капитану». Игра в футбол.
	34	Тактическая подготовка	Практика Перебрасывание мяча из одной руки в другую. Отбивание мяча на месте. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками. Прокатывание мяча вперед головой. Игр. упр. «Передал - садись» - броски и ловля мяча, «Светофор» - во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста. П/и «Салки с мячом». М/п игра. «Передай мяч соседу».
	35	Тактическая подготовка	Практика Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. Ведение мяча с обманными движениями. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».
	36	Тактическая подготовка	Практика Передача мяча в парах. Передача мяча друг другу в быстром темпе. Открывание. Игр.упр. «Лови, бросай – падать не давай», «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Меткий стрелок».
	37	Техника передвижения	Практика Передача мяча в тройках. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр. упр. «Кто быстрее?». П/игра «Пустое место». М/п игра «Мяч по кругу».
	38	Техника владением мячом	Практика Ведение с последующим ударом в цель Ведение с последующим ударом в цель, с разных участков поля. Игра в футбол. Релаксация «Наедине с дождем».
	39	Техника владением мячом	Практика Ведение мяча с препятствиями Игр. упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол. Релаксация «Волшебный сон».
Март	40	Тактическая подготовка	Практика Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча обеими руками. Бросание мяча и ловля его двумя руками. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок

	41	Тактическая подготовка	Практика Передача мяча через сетку в парах способом из-за головы. Ползание под дугами, головой прокатывая набивной мяч. Передача мяча в тройках, в движении. П/игра «Успей перебежать». «Здравствуй, догони!». Игра в футбол.
	42	Тактическая подготовка	Практика Игра по упрощенным правилам 1 на 1
	43	Тактическая подготовка	Практика П/и. «Займи свободный кружок». Игра в футбол.
	44	Техника передвижения	Практика Развитие силы и координации Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. П/игры «Штандр. Мячик кверху», «Удочка». Игра в футбол. М/п игра «Кузнечик» – формирование правильной осанки.
	45	Техника передвижения	Практика Развитие координации, техника владения мячом Бег по координационной лесенке. Футбольное путешествие. П/и. «Пятнашки с мячом», «Беспокойный мяч». М/п игра «Вызов по имени».
	46	Техника владением мячом	Практика Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от. Игра в зайчика 3х1. П/игры «Не урони мяч». «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол М/п игра «Сделай фигуру».
	47	Техника владением мячом	Практика Игр. упр.: «Вышло солнце из-за речки» - бег в рассыпную, быстро построиться возле своего обруча. «Попади в корзину» - бросок мяча в корзину разными способами, с разных точек. П/и. «Гонка мячей», «У кого меньше мячей», «Займи свободный кружок». М/п игра «Ручеек с мячом».
	48	Техническая подготовка	Практика Игра по упрощенным правилам 1 на 1
Апрель	49	Тактическая подготовка	Практика Игра по упрощенным правилам 3 на 3
	50	Тактическая подготовка	Практика Игра по упрощенным правилам 1 на 1
	51	Техническая подготовка	Практика Игра по упрощенным правилам 4 на 4
	52	Техническая подготовка	Практика Перебрасывание мяча друг другу стоя, способ из-за головы; метание мяча вдаль правой и левой рукой. Игр. упр.: «Вперед с мячом». П/и: «Поймай мяч». Игра в футбол.
	53	Техника передвижения	Практика «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед. «Чей мяч дальше?» - удары по неподвижному мячу. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игр. упр. «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу, «Обратный поезд».

	54	Техника передвижения	Практика Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад) Игр.упр.«Найди свой цвет», «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч. Игра в футбол	
	55	Техника владением мячом	Практика Развитие координации, техника владения мячом Бег по координационной лесенке. Футбольное путешествие. П/и. «Пятнашки с мячом», «Беспокойный мяч». М/п игра «Вызов по имени».	
	56	Техника владением мячом	Практика Развитие равновесия, техника владения мячом Ходьба по гимнастической скамье с перекладыванием малого мяча перед собой из правой руки в левую. Отбивание мяча от стены и ловля его двумя руками. Футбольное путешествие.	
	57	Техника передвижения, скоростное ведение	Практика Бег через набивные мячи. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Ведение мяча с изменением направления. Игр. упр. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой, «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. П/и. «Пустое место» (пятнашки с вызовом). Игра в футбол.	
	май	58	Тактическая подготовка	Практика Индивидуальные действия без мяча. Выбор наиболее удобной позиции на игровом поле. Умение уйти из под контроля соперника и создать игровое пространство для себя и партнеров.
		59	Тактическая подготовка	Практика Действия без мяча. Открывание; отвлечение соперников; создание численного преимущества на отдельном участке поля.
		60	Техника владением мячом	Практика Удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъемом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой(назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полета и различное направление полета. Удары в единоборстве. Удары на точность и дальность
61		Техника владением мячом	Практика Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения.	
62		Техника передвижения	Практика Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча в цель.(игры без мяча-“волк и зайцы”, “хвост тигра”, “найди свой дом”.	
63		Техника передвижения	Практика 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.
	64	Техническая подготовка	Практика Целесообразное применение тех или иных приемов техники владения мячом в различных игровых ситуациях. Применение необходимого способа удара по мячу, остановок, в зависимости от направления, траектории и скорости движения мяча. Использование ведения и применение различных видов обводки в зависимости от игровой ситуации.
	65	диагностика	Практика Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м).
Июнь	66	Тактическая подготовка	Практика Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.
	67	Техническая подготовка	Практика Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.
	68	Техника передвижения	Практика Бег 30 м. на скорость. Челночный бег до 3х30 м., до 2х60м. Бег медленный до 10 мин. Прыжки в высоту с разбега способом перешагивание. Прыжки в длину с разбега.
	69	Техника передвижения	Практика ОФП. Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лежа. Круговые движения туловища, повороты и наклоны с одноименными движениями рук и ног, разноименные движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги в перед, в стороны, назад.
	70	Техника владением мячом	Практика Остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Остановка грудью летящего мяча. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча.
	71	Техническая подготовка	Практика Игра в футбол.
	72	Тактическая подготовка	Практика Игра в футбол.

Структура образовательного процесса

Обучение навыкам владения мячом состоит их трех этапов:

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

2. Этап углубленного разучивания. Главная его задача – сделать действия детей направленными, осознанными. В этот период дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом.

3. Этап закрепления и совершенствования (основной). На этом этапе дети закрепляют полученные знания и навыки владения мячом, используя их в проведении спортивных игр и эстафет.

При выполнении упражнений с мячами используют следующие методы:

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

1.4. Планируемые результаты по реализации программы

Предметные результаты - требования к уровню подготовки обучающихся:

Знать / понимать:

- роль занятий по физической культуре для физического развития;
- правила поведения и техники безопасности на занятиях и в спортивном зале;
- названия и упрощенные правила игры в футбол.

Уметь:

- свободно ориентироваться на площадке;
- выполнять различные действия с мячом: бросать и ловить, катать, метать;
- взаимодействовать друг с другом во время игры,
- выполнять основные приемы техники игры футбол;
- подчинять свои интересы интересам команды.

Метапредметные результаты:

- повышение уровня двигательной активности обучающихся.

Личностные результаты:

- укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях;
- умение чувствовать себя комфортно в большом коллективе.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Условия реализации Программы

Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал

площадь – 92,74 кв. м

кладовая для хранения спортивного инвентаря – 6,22 кв. м

- Футбольные мячи – 20 шт.
- Резиновые фишки – 4 шт.
- Футбольные ворота – 2 шт.
- Манишки – 10 шт.
- Набивной мяч – 2 шт.
- Свисток – 1 шт.
- Ноутбук – 1 шт.
- Флэшноситель – 2 шт.

Спортивная площадка

Площадь – 84 кв.м.

Информационное обеспечение

Видеоматериал с игр, турниров и чемпионатов по футболу.

Кадровое обеспечение программы

В реализации общеобразовательной программы может участвовать специалист с педагогическим образованием с квалификацией «инструктор физической культуры» или «тренер».

Методическое обеспечение программы

Методические пособия:

1. Кук М. Упражнения для юных футболистов- М: «АСТ» «Астрель»2017г.
2. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов/ О.Б. Лапшин – «Спорт»,2014

В основу **методики обучения игре в футбол**, равно как и другим спортивным играм, положена игровая форма проведения занятий. В содержании занятий эффективно сочетаются игровые упражнения и эстафеты, подвижные игры и спортивные упражнения. Содержание занятий объединяет в себе ряд дидактических принципов, среди которых принципы доступности и индивидуального подхода играют значительную роль, так как спортивные игры являются достаточно сложными для освоения дошкольниками. Индивидуальный подход достигается при подборе **методов обучения** и воспитания в зависимости от уровня усвоения учебного материала каждым ребенком, а также при учете реакции его организма на данную ему физическую нагрузку. **Обучение** технике проводится постепенно, путем усложнения условий выполнения движений.

Дошкольникам необходимо знать элементарные правила игры в **футбол**:

- - перед началом игры проводится жеребьевка для выбора сторон или начального удара. Мяч ставится на землю в центре поля;
- - игроки команды стремятся забить как можно больше голов в ворота соперника, а после потери мяча защищать свои, соблюдая при этом правила игры;
- - **футбол - игра двух команд**, и в каждой команде - до 5-7 игроков, один из которых капитан;
- -соблюдение правил игры и продолжительность матча контролирует судья;
- -мяч считается забитым в ворота, если он полностью прошел линию ворот, а также во время игры были соблюдены все правила;

- -в футболе все действия с мячом игроки выполняют ногами;
- -правом брать мяч в руки обладают вратарь и игрок, выполняющий вбрасывание;
- -футбол — игра коллективная, и игроки относятся друг к другу с уважением, несмотря на дух соперничества и желание победить.

Кодекс юного футболиста:

- Играть ради своего удовольствия, а не для родителей или тренеров.
- Получать удовольствие от футбола, развиваться при помощи футбола.
- Учиться и уважать правила игры и правила группы.
- Влиться в группу и быть хорошим напарником.
- Уважать своих оппонентов.
- Принимать решение судей и тренеров.
- Соблюдать правила фэр-плейя во всех его проявлениях.

2.2.Форма контроля и оценочные материалы

Аттестация обучающихся по освоению данной программы не предусмотрено. Формами контроля являются: тестирование (диагностика физической подготовленности детей, диагностика подготовленности юных футболистов), беседа по теоретическим вопросам, игра в футбол.

Диагностика физической подготовленности детей

В тренировочном процессе футболистов необходимым элементом является контроль за общей физической подготовленностью. В состав комплексов входят тесты: подтягивание на низкой перекладине в висе лежа, прыжки в длину с места (оценка прыгучести), бег на 30 м (оценка скоростных качеств), бег «по конверту» (оценка ловкости). Предназначен для детей в возрасте от 5 лет.

Контрольные нормы для оценки физической подготовленности юных футболистов 5–7 лет

Физические качества	Контрольное упражнение	Уровень физической подготовленности		
		Низкий (5-6 лет/6-7лет)	средний (5-6 лет/6-7лет)	Высокий (5-6 лет/6-7лет)
силовые	подтягивание на перекладине (за 30 сек)	3	6	8
скоростные	Бег на 30 м	7,9/5,0	7,4/5,7	7,0/6,0
скоростно-силовые	Прыжки в длину с места	98/ 108	100/110	106/112
координационные	бег «по конверту» 3x10м, сек	16	12	10,1

3. Список литературы

1. Ахмеров, Э.К. Футбол для начинающих: учебное пособие / Э.К.Ахмеров. - Минск: Полымя, 2010. - 78 с.
2. Витковски З. Координационные способности в футболе: Диагностика, прогнозирование развития, тренировка. / З. Витковски. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2009. - № 4. - С. 28- 31
3. Калинин А.В. Футбол : методика тренировки / А.В.Калин. - Москва: Физкультура и спорт,2009. - 162 с.
4. Кук М. Упражнения для юных футболистов- М: «АСТ» «Астрель»2017г.

5. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов/ О.Б. Лапшин – «Спорт»,2014
6. Плой Б.И. Новая школа в футбольной тренировке / Б.И. Плой. - Москва: Terra- Спорт, 2012. - 240 с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 710858474967985478426001373498448859431888587381

Владелец Шаяхметова Альфия Исмагиловна

Действителен с 28.09.2022 по 28.09.2023