Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребёнка – детский сад №13»
городского округа Саранск

СТАТНЫХ НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА

Подписано цифровой подписью: СТАТНЫХ НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА
DN: 1.2.643.3.131.1.1=120C313332383030353231353230, 1.2.643.100.3=120B303039353134393438353 6, email=madou_13@mail.ru, c=RU, st=Республика Мордовия, l=Саранск, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДСКОГО ОКРУГА САРАНСК "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД №13", ou=РУКОВОДСТВО, ou=МАДОУ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД №13", givenName=НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА, sn=СТАТНЫХ, title=Заведующая, cn=СТАТНЫХ НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА
Дата: 2021.10.19 11:42:10 +03'00'

Рассмотрена и одобрена на заседании педагогического совета №6 от 31.08.2021

Протокол №6 от 31.08.2021

Дополнительная общеобразовательная программа

(дополнительная общеразвивающая программа)

«Футбол»

Возраст детей 5-7 лет

Строк реализации –2 года

Составитель Манеров А. Ш.

Саранск 2021-2022 гг.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Паспорт программы	3-4
2.	Пояснительная записка	5-10
3.	Учебно-тематический план	11-12
4.	Содержание изучаемого курса	13-44
5.	Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы	45
6.	Список литературы	47
7	Приложения	

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Дополнительная образовательная программа «Футбол» (далее - Программа)
Руководитель программы	Инструктор по физической культуре Манеров А. Ш.
Организация-исполнитель	МАДОУ «ЦРР - Детский сад №13» г.о. Саранск
Адрес организации исполнителя	г. Саранск ул. Волгоградская, д.87
Цель программы	Приобщение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, углубленное изучение спортивной игры футбол (мини-футбол)
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Срок реализации программы	2 года
Вид программы **Уровень реализации программы**	адаптированная дошкольное образование
Система реализации контроля за исполнением программы	координацию деятельности по реализации программы осуществляет администрация образовательного учреждения; практическую работу осуществляет педагогический коллектив
Ожидаемые конечные результаты программы	**5-6 лет Знать:** основные правила игры в мини-футбол **Уметь:** пользоваться основными приёмами техники и тактики игры **Владеть:** культурой общения **6-7 лет Знать:** правила игры в мини-футбол **Уметь:** уверенно пользоваться основными приёмами техники и тактики игры; управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со сверстниками

	Владеть: культурой общения, знаниями о пользе ведения здорового образа жизни.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы

Программа имеет физкультурно-оздоровительную направленность, включает в себя работу по улучшению физического развития, физической подготовленности детей, развитию ловкости, координации, глазомера, согласованности движений, воспитанию морально-волевых качеств. Программа «Футбол» по формированию двигательной культуры через обучение игровым действиям с мячом учитывает возрастные особенности усвоения программного материала у детей старшего дошкольного возраста, дополняет и расширяет задачи по образовательной области «Физическое развитие»

Новизна программы заключается в эмоциональной направленности. Положительный эмоциональный тонус является важнейшей предпосылкой здоровья, предупреждает развитие различных заболеваний, а также поддерживает интерес к физической культуре. В основу методики обучения игре в футбол положена игровая форма проведения занятий. В содержании занятий эффективно сочетаются игровые упражнения и эстафеты, подвижные игры и спортивные упражнения.

Актуальность программы

Наши дети живут в условиях постоянно меняющейся действительности. Все чаще можно встретить во дворе скучающих, равнодушных к спортивным и подвижным играм, слабых и неумелых мальчишек и девчонок. Многие ребята перестали выходить играть во двор, отдавая предпочтения малоподвижным видам деятельности: теле играм, занятием с конструктором, просмотру мультфильмов. Это вызывает озабоченность педагогов и врачей: мало, очень мало двигаются дети. А для ребенка малоподвижный образ жизни - это потеря здоровья, нарушение физического и интеллектуального развития. Именно в спортивных играх ребенок получает уникальную возможность проявить собственную активность, ликвидировать дефицит движений, реализовать и утвердить себя, получить массу радостных эмоций и переживаний. Использование в дошкольном возрасте игр с элементами спорта как средства и формы организации физического и психологического развития ребенка, создает условия для гуманизации педагогического процесса, превращает из ребенка объекта социально-педагогического воздействия в субъект активной

творческой деятельности и на основе развития внутренних мотивов к самосовершенствованию. Обучение этим играм обеспечивает детям разные права в овладении ценностями физической культуры и каждому ребенку право выбора, предоставляет возможности для проявления личных интересов и способностей. Естественно, чтоб достичь этих результатов возможно при условии ненасильственного стимулирования моторного развития. Утрата массовости физкультурного движения, упадок «дворового спорта», вызывают необходимость активизации и систематизации процесса обучения играм с элементами спорта в детском саду.

Игра представляет собой первую доступную для дошкольников форму деятельности, которая предполагает сознательное воспроизведение и усовершенствование движений. В этом отношении моторное развитие, совершаемое дошкольником в игре, является настоящим прологом к сознательным физическим упражнениям школьника.

Значение двигательных действий в общем развитии ребенка очень велико. Игры с элементами спорта требуют от детей большой самостоятельности, быстроты, ловкости движений, ориентации в пространстве. Они являются высшей формой обычных подвижных игр. Ребенок в кратчайшие промежутки времени должен увидеть создавшуюся обстановку (расположение партнеров и противника, положение мяча), оценить, выбрать наиболее правильные действия и применить их. Все это требует от играющих развития определенных умений и навыков.

Все это определило *актуальность* внедрения в практику работы программы «Футбол»

Отличительные особенности программы

Образовательный процесс обучения детей игре в футбол предполагает многократное повторение действий с мячом, однако игры и упражнения Программы разнообразны и интересны. Обучение технике проводится путём усложнения условий выполнения движений:

-удар по неподвижному мячу

-удар по мячу после остановки

-удар по мячу, движущемуся навстречу

-удар при движении самих воспитанников

-ведение мяча при сопротивлении противника

Педагогическая целесообразность программы

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 ребёнком, а также при учёте реакции его организма на данную ему физическую нагрузку. Обучение технике проводится постепенно, путём усложнения условий и выполнения движений.

При реализации программы создаются оптимальные условия для формирования и развития личности ребенка. Обучение строится таким образом, что воспитанники, усваивая простые знания, умения и навыки, сначала выполняют несложные упражнения, которые усложняются с каждым последующим заданием. Такая постановка учебно-воспитательного процесса формирует психологическую подготовку к труду.

Цель программы приобщение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, углубленное изучение спортивной игры футбол (мини-футбол)

Задачи программы

5-6 лет

Обучающие задачи

-учить основным приёмам техники и тактики игры

Воспитательные задачи

-воспитывать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, чувство дружбы

Развивающие задачи

-развивать потребность ведения здорового образа жизни.

6-7 лет

Обучающие задачи

-повышать специальную, физическую, тактическую подготовку

-закреплять необходимые теоретические знания

-учить управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со сверстниками, владеть культурой общения.

Воспитательные задачи

-воспитывать высокие моральные и волевые качества

Развивающие задачи

-продолжать развивать потребность ведения здорового образа жизни.

Возраст детей

Возраст воспитанников:5-7 лет. Набор в группу осуществляется на основании допуска врача.

Срок реализации программы: 2 года (с октября по май)

Форма детского образовательного объединения: кружок

Режим организации занятий:

Занятия проводятся во вторую половину дня 1 раз в неделю.
Продолжительность-25 мин. для детей 5-6 лет; 30 мин. для детей 6-7 лет

Общее количество часов в год-33.

Ожидаемый результат

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации , сформирование

коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни воспитанников, участие в соревнованиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

В результате освоения программы воспитанники будут

5-6 лет

Знать: основные правила игры в мини-футбол

Уметь: пользоваться основными приёмами техники и тактики игры

Владеть: культурой общения

6-7 лет

Знать: правила игры в мини-футбол

Уметь: уверенно пользоваться основными приёмами техники и тактики игры; управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со сверстниками

Владеть: культурой общения, знаниями о пользе ведения здорового образа жизни.

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА

Таблица 1

№	Ф.И. ребенка	**Диагностика**									**Уровень**
		Подвижные игры			**Диагностические тесты**						
		Знает правила игры	Умеет выполнять правила игры	Сформирована справедливая оценка в	**Уровень**	Скоростно-силовые качества	Ловкость	Быстрота	Гибкость	Меткость	

Оценка подвижных игр осуществляется по 5-бальной системе:

1 балл – ребенок не может выполнить предложенные задания оценки, помощь взрослого не принимает;

2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет предложенные задания;

3 балла – ребенок выполняет все предложенные задания с частичной помощью взрослого;

4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все предложенные задания;

5 балла – ребенок выполняет самостоятельно все предложенные задания.

Полученная сумма баллов переводится в уровневые показатели, которые позволяют выявить к какому уровню (низкий, средний, высокий) соответствует развитие конкретного ребенка на данном этапе:

Высокий уровень - более 4,5 балла (более 90%)

Средний уровень – 3 балла - 4,4 балла (от 60% до 88%)

Низкий уровень – менее 2,9 балла (менее 58%)

Уровень развития двигательных качеств оцениваются с помощью диагностических тестов на физическую подготовленность.

Тесты для определения скоростно-силовых качеств:

- ✓ Прыжок в длину с места (см).

Тест для определения ловкости:

- ✓ Челночный бег 3х10 м. (с).

Тест на быстроту:

- ✓ Бег на 30 м. (с).

Тест на гибкость:

- ✓ Наклон туловища вперед на гимнастической скамейке (см).

Тест на меткость:

- ✓ Удар по мячу ногой на точность попадание (число попаданий). Старшая группа – с 4 м, подготовительная – с 5 м.

Форма подведения итогов:

Соревнования с приглашением родителей и администрации.

Учебно-тематический план
для детей 5-6 лет

№ занятия	Наименование разделов и тем	Количество часов			
		всего		теория	практика
		кол-во занятий	мин.		
ОКТЯБРЬ					
1	Вводное занятие	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
2	Выявления уровня первичной подготовки детей	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
3	«Ударь не глядя»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
4	«Прокати мяч»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
НОЯБРЬ					
5	«Мяч ловцу»,	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
6	«Быстрые и ловкие»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
7	«Быстрый мяч»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
8	«Мяч в кругу»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
ДЕКАБРЬ					
9	«Быстрый футболист»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
10	«Защитник»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
11	«Летящий мяч»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
12	«Бомбардир»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
ЯНВАРЬ					
13	«Мяч в кругу»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
14	«Быстрый мяч»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
15	«Самый меткий»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
16	«Мы играем в футбол»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
ФЕВРАЛЬ					
17	«Не упусти мяч»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
18	«Быстрые футболисты	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
19	«Непослушный мяч»»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
20	«Быстрые футболисты»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
МАРТ					
21	«Мы играем в футбол»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
22	«Ловкие и быстрые»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
23	«Звонкий мяч»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
24	«Мяч в ноги»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
АПРЕЛЬ					
25	«Катящийся мяч»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
26	«Ловкие защитники»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
27	«Ловкий бомбардир»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
28	«Штрафные удары»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
МАЙ					
29	«Веселый мяч»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
30	«Мы любим футбол»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
31	«О Спорт - ты мир!»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
32	«Скоро лето»	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
33	Итоговое	1	25 мин.	5 мин.	20 мин.
ИТОГО		33	13,7	2,7	11

Учебно-тематический план
для детей 6-7 лет

№ занятия	Наименование разделов и тем	Количество часов			
		всего		теория	практика
		кол-во занятий	мин.		
ОКТЯБРЬ					
1	Вводное занятие	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
2	Выявления уровня первичной подготовки детей	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
3	«Ударь не глядя»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
4	«Прокати мяч»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
НОЯБРЬ					
5	«Мяч ловцу»,	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
6	«Быстрые и ловкие»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
7	«Быстрый мяч»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
8	«Мяч в кругу»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
ДЕКАБРЬ					
9	«Быстрый футболист»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
10	«Защитник»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
11	«Летящий мяч»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
12	«Бомбардир»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
ЯНВАРЬ					
13	«Мяч в кругу»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
14	«Быстрый мяч»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
15	«Самый меткий»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
16	«Мы играем в футбол»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
ФЕВРАЛЬ					
17	«Не упусти мяч»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
18	«Быстрые футболисты	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
19	«Непослушный мяч»»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
20	«Быстрые футболисты»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
МАРТ					
21	«Мы играем в футбол»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
22	«Ловкие и быстрые»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
23	«Звонкий мяч»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
24	«Мяч в ноги»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
АПРЕЛЬ					
25	«Катящийся мяч»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
26	«Ловкие защитники»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
27	«Ловкий бомбардир»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
28	«Штрафные удары»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
МАЙ					
29	«Веселый мяч»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
30	«Мы любим футбол»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
31	«О Спорт - ты мир!»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
32	«Скоро лето»	1	30 мин.	5 мин	25 мин.
33	Итоговое	1	30 мин.	5 мин.	25 мин.
ИТОГО		33	16,5	2,7	13,8

Содержание изучаемого курса

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
«ФУТБОЛ »
возрастная группа (5-6 лет)

№ занятия	Тема	Содержание	Методы обучения	Формы работы	Работа с родителями
ОКТЯБРЬ					
1	Вводное занятие	Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке. Инструктаж по технике безопасности во время занятий футболом. Пропаганда ЗОЖ. Ходьба в глубоком приседе в колонне, с поворотом туловища назад. Бег «змейкой»; широким шагом, преодолевая препятствия ОРУ без предметов. **Техническая подготовка*:*** 1. Развитие физических качеств: быстроты, скоростно-силовых качеств 2. *Прыжки:* вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. **Тактическая подготовка** П/И « Мяч в кругу»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	Консультация «Как правильно выбрать спортивную секцию».
2	Выявления уровня первичной подготовки детей	Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Страховка и самостраховка. Ходьба по кругу приставным шагом вправо, влево, на пятках, на носках. Бег со сменой ведущего; выбрасывая прямые ноги вперед; с остановкой по звуковому сигналу. Прыжки с разбега на мат, перепрыгивая мягкое препятствие. ОРУ с мячами. **Техническая подготовка** 1. .Развитие физических качеств:	Беседа. Практическое занятие	Фронтальная Подгрупповая	

		ловкости, чувство равновесия. 2. Разучивание технического приема в футболе – удар внутренней стороной стопы. Остановка мяча подошвой. **Тактическая подготовка** П/И «Сумей выбить мяч»			
3	«Ударь не глядя»	Инструктаж по технике безопасности во время занятий. Ходьба по кругу на носках, пятках, выпадами, спиной вперед Бег длинной и короткой «змейкой» с поворотом кругом по звуковому сигналу. ОРУ без мячей, стрейчинг. **Техническая подготовка** 1. Развитие физических качеств: быстроты, ловкости по средством прыжковых упражнений **2.** Продолжать изучение футбольного приема – удар внутренней стороной стопы. Остановка подошвой. **Тактическая подготовка** П/И «Сумей выбить мяч»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	
4	«Прокати мяч»	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой спиной вперед, на высоких четвереньках, с выполнением задания по звуковому сигналу (присесть). «Встречные перебежки» Правила игры в защите и в нападении. **Техническая подготовка** 1. Повторить работу в парах передачи с остановкой подошвой, правой, левой ногой. 2. Игровое упражнение «Сумей выбить мяч» 3. Удары по воротам. **Тактическая подготовка** П/И «Задержи мяч»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	
НОЯБРЬ					
5	«Мяч ловцу»,	Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Обычная ходьба в сочетании с ходьбой на носках по неровной (массажной) дорожке, по буму выпадами. Бег противоходом; с ускорением; с остановкой по звуковому сигналу ОРУ, стрейчинг.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	Консультация «Утренняя гимнастика с родителями»

		Техническая подготовка 1. Развитие физических качеств: силы, быстроты, ловкости, координации движений по средства Общей физ подготовки (ОФП) 2. Изучение удара внутренней частью подъема. **Тактическая подготовка** П/И «Мяч в кругу» «Ловишки»			
6	«Быстрые и ловкие»	Страховка и самостраховка. Ходьба обычная, с заданиями для рук. Бег обычный, высоко поднимая колени; по сигналу бег врассыпную; в колонне; обычный бег. ОРУ. **Техническая подготовка** 1. Развитие физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений по средствам ОФП 2. Продолжить изучение удара внутренней частью подъема. 3. Остановки внутренней стороной стопы, подошвой. **Тактическая подготовка** П/И «Мяч в кругу» «Кто быстрее»	Беседа. Практическое занятие	Фронтальная Подгрупповая	
7	«Быстрый мяч»	Повторение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Ходьба с выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо и пр.). Бег в различных направлениях, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу, повороты, прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо, перемещение в защитной стойке. **Техническая подготовка** 1. Развитие физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений. 2. Изучение удара мяча серединой подъема.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	

		3. Изучение способа перемещения в защите спиной вперед приставным шагом. **Тактическая подготовка** П/И «Пробеги с мячом» «Горячая картошка»			
8	«Мяч в кругу»	Значение правильного режима для юного спортсмена. Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, наклон вперед, не сгибая колена, выпад поворот в туже сторону. Бег с подниманием бедра, с захлестыванием голени, с ускорением по сигналу, спиной вперед, остановки, повороты. ОРУ без мячей, стрейчинг. **Техническая подготовка** 1. Игровое упражнение: В середине комнаты фишка – обвести ее кругами внутренней частью стопы, серединой подъема правой ногой, левой по 5 кругов. 2. Повторить удары по воротам изученными способами. 3. Повторить в парах отработка изученных способов ударов по мячу. **Тактическая подготовка** П/И «Мяч в кругу» «Быстро возьми, быстро положи»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	
ДЕКАБРЬ					
9	«Быстрый футболист»	Обтирание, обливание и ножные ванны как гигиенические и закаливающие процедуры. Ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена. Бег различным способом: спиной вперед, ускорением, захлестыванием голени, подниманием бедра, приставным шагом, остановки, повороты, прыжки. ОРУ в движении: круговые вращения рук, попеременные движения рук, подскоки в движении. Стрейчинг на месте. **Техническая подготовка**	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	Консультация «Профилактика травматизма на улице»

		1. Обучить ведение мяча серединой подъема обводя фишки «Змейкой» правой, левой ногой. 2. Повторить введение мяча по прямой с ударом по воротам серединой подъема. 3. Познакомить с работой защитника. **Тактическая подготовка** П/И «Задержи мяч»			
10	«Защитник»	Площадка для игры в футбол, ее устройство, разметка. Основы по предупреждению травм и несчастных случаев. Ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена. Бег различным способом: спиной вперед, ускорением, захлестыванием голени, подниманием бедра, приставным шагом, остановки, повороты, прыжки. ОРУ в движении: круговые вращения рук, попеременные движения рук, подскоки в движении. Стрейчинг на месте. **Техническая подготовка** 1. Игровое упражнение по типу встречной эстафеты, где выполняется удар внутренней стороной стопы. 2. Повторить в парах отработка ударов внутренней стороной стопы, внутренним подъемом, средним подъемом. 3. Обучить техники работы защитника **Тактическая подготовка** П/И» Научись владеть мячом» «Передай мяч верхом назад»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	
11	«Летящий мяч»	Основы по предупреждению травм и несчастных случаев. Ходьба с различным заданием: Поднимание и опускание рук в стороны, и вперед, сведение и разведение рук вперед, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Бег «змейкой» без мяча между расставленными в различном положении стойками для обводки, ОРУ.	Беседа. Практическое занятие	Фронтальная Подгрупповая	

		Техническая подготовка 1. Изучить ведение мяча «змейкой» внутренней стороной стопы с нанесением удара по воротам внутренней стороной стопы. 2. Тоже упражнение с защитником, защитник работает пассивно. **Тактическая подготовка** П/И «Забей в ворота»			
12	«Бомбардир»	Защитные средства во время занятий футболом. Ходьба с выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо и пр.). Бег в различных направлениях, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу, повороты, прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо, перемещение в защитной стойке. **Техническая подготовка** 1. Повторить ведение мяча «Змейкой» изученными способами ведения. 2. Повторение ведения средним подъемом. 3. Повторить удары по воротам средним подъемом стопы. **Тактическая подготовка** П/И «Задержи мяч» «Кто сделает меньше прыжков»	Беседа. Практическое занятие	Фронтальная Подгрупповая	
ЯНВАРЬ					
13	«Обыграй соперника»	Правила оказания первой доврачебной помощи при легких травмах и повреждениях ходьба с выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо и пр.). Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию. **Специально физическая подготовка (СФП)**	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	Консультация «Ортопедический режим»

		Челночный бег 3х10 м, 4х10 м, встречные эстафеты, беговые и прыжковые упражнения. Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см. **Техническая подготовка** 1. Упражнять работа в парах удар внутренней частью стопы с остановкой внутренней частью стопы. 2. Обучить ведение мяча внутренней частью стопы «змейкой» с ударом по воротам. 3. Закрепить работу с защитником. **Тактическая подготовка** П/И «Обыграй соперника» - игра один на один с защитником.			
14	«Быстрый мяч»	История зарождения футбола в России и в Мордовии Ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена. Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию. **СФП** Челночный бег 3х10 м, 4х10 м, встречные эстафеты, беговые и прыжковые упражнения. Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см. **Техническая подготовка** 1. Отработка ведения мяча ногой. Остановку внутренней стороной стопы. 2. Закрепить работу в парах передачи внутренней стороной стопы и остановка внутренней стороной стопы. **Тактическая подготовка** П/И «Самый быстрый» Четыре группы игроков становятся позади четырех обручей, расположенных на расстоянии 9-11 м друг от друга. В центре помещаются двенадцать мячей. По игроку от каждой команды бегут к мячам, чтобы	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	

		взять их в руки (по одному каждый), принести их назад и положить в обруч. Следующий игрок повторяет это действие, и упражнение продолжается до тех пор, пока в каждом обруче не окажется по три мяча.			
15	«Футбол»	Роль капитана команды, его права и обязанности. Спортивные сооружения в Республике Мордовия. Ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена. Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию. **СФП** Челночный бег 3х10 м, 4х10 м, встречные эстафеты, беговые и прыжковые упражнения. Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см. **Техническая подготовка** 1. Обучить игровому упражнению «Опека и преследование» 2. Разучивание обманных движений "уходом (финтами). **Тактическая подготовка** П/И «Футбол по облегченным правилам»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
16	«Мы играем в футбол»	Повторение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена Легкий бег, Челночный бег 3х10 м, П/И «Футбол по облегченным правилам»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
ФЕВРАЛЬ					
17	«Не упусти мяч»	Эмблемы Футбольных клубов России. Ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	Консультация «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья».

		Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию. **СФП** Челночный бег 3х10 м, 4х10 м, встречные эстафеты, беговые и прыжковые упражнения. Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см. **Техническая подготовка** 1. Развитие физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений, частоты движений по средствам прыжковых упражнений 2. Обводка финтом «Уход выпадом» быстро сближающегося защитника. **Тактическая подготовка** П/И «Футбол по облегченным правилам»			
18	«Быстрые футболисты	Чемпионат Мира 2018 Бег в различных направлениях, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу инструктора **СФП** для развития стартовой скорости. Бег боком и спиной вперед. Ускорения по сигналу, 10-15 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, широкого выпада, лежа. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. **Техническая подготовка** **1.** Изучение технического приема – отбора мяча. **Тактическая подготовка** П/И «Футбол по облегченным правилам»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	Консультация «Помоги ребенку, сохранить осанку».
19	«Непослушн ый мяч»»	Спорт- это жизнь. Нет вредным привычкам. Бег в различных направлениях, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу инструктора. ***СФП*** для развития стартовой скорости.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	

		Бег боком и спиной вперед. Ускорения по сигналу, 10-15 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, широкого выпада, лежа. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. **Техническая подготовка** 1. Бег: по прямой, изменяя скорость и направление, приставным, скрестным шагом (вправо и влево). 2. Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. 3. Вбрасывание мяча. **Тактическая подготовка** П/и «Мяч в кругу»			
20	«Быстрые футболисты»	Гигиенические навыки. Следим за одеждой. Профилактика травматизма на занятиях футболом. Бег в различных направлениях, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу инструктора. ***СФП*** для развития стартовой скорости. Бег боком и спиной вперед. Ускорения по сигналу, 10-15 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, широкого выпада, лежа. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. **Техническая подготовка** 1. Ведение мяча внутренней стороной стопы, отбор мяча в защите. 2. Работа вратаря **Тактическая подготовка** П/И «Невод», «Футбол по упрощенным правилам»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
МАРТ					
21	«Мы играем в футбол»	Обтирание, обливание и ножные ванны как гигиенические и закаливающие процедуры.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	Консультация «Прививаем ребенку

		Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Пружинистые приседания на одной ноге в положении выпада. Приседание на одной ноге (правой, левой). Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. ***СФП*** для развития ловкости Ведение мяча «змейкой» средней частью подъема с ударом по воротам. **Техническая подготовка** 1. Удары средней частью подъема в парах на месте. Остановка подошвой. 2. Тоже в парах с отбором мяча в защите. **Тактическая подготовка** П/И «Живая цель» «Футбол по упрощённым правилам»			гигиенические навыки»
22	«Ловкие и быстрые»	Обтирание, обливание и ножные ванны как гигиенические и закаливающие процедуры. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Пружинистые приседания на одной ноге в положении выпада. Приседание на одной ноге (правой, левой). Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. ***СФП*** для развития ловкости Ведение мяча «змейкой» средней частью подъема с ударом по воротам. **Техническая подготовка** 1. Удары средней частью подъема в парах на месте. Остановка подошвой. 2. Удар внутренней частью подъема Остановка внутренней частью стопы **Тактическая подготовка** П/И «Забей в ворота», футбол по упрощенным правилам.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	

23	«Звонкий мяч»	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Пружинистые приседания на одной ноге в положении выпада. Приседание на одной ноге (правой, левой). Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. ***СФП*** для развития ловкости Ведение мяча «змейкой» средней частью подъема с правой и левой ногой. **Техническая подготовка** ***1.*** Совершенствовать ведение мяча по прямой. ***2.*** Ведение мяча с быстрым изменением направления движения по зрительному ориентиру **Тактическая подготовка** П/И « Футбол по упрощённым правилам.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
24	«Мяч в ноги»	Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. ***СФП*** для развития ловкости Ведение мяча «змейкой» средней частью подъема с правой и левой ногой. **Техническая подготовка.** 1. Отработка отбора мяча в защите. 2. Повторение всех видов ударов по воротам и обучение вратаря ловить мяч. **Тактическая подготовка.** Футбол по упрощенным правилам.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
АПРЕЛЬ					

25	«Катящийся мяч»	Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Страховка и самостраховка. Ходьба, бег с заданием. ОРУ на месте. Лазание в различных исходных положениях – стоя на коленках, на животе по гимнастической скамейке. **СФП** *Б*ег с ускорениями до 60 м. Прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги», бросать мяч снизу. **Техническая подготовка.** 1. Отработка ударов по мячу ногой*:* правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. 2. Остановка мяча: катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы. **Тактическая подготовка**. П/и «Невод»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	Консультация «Режим дня».
26	«Ловкие защитники»	Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Ходьба на носочках, пятках, с наклоном вперед. Бег с заданием: с подниманием бедра, с захлестыванием голени, длительный бег ОРУ на месте, стрейчинг. Лазание в различных исходных положениях - на животе, спине, по гимнастической скамейке. **СФП** Бег с ускорениями до 60 м. Прыжки с места в длину, бросать мяч из-за головы. **Техническая подготовка.** 1. Отработка перемещения в защите. 2. «Задержи мяч» по кругу, внутри круга защитник. **Тактическая подготовка**. П/И «Самый быстрый»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	

27	«Ловкий бомбардир»	Повторение правил игры в футбол. Разметка спортивной площадки. Ходьба на носочках, пятках, с наклоном вперед. Бег с заданием: спиной вперед, ускорение по сигналу, подскоки. ОРУ на месте, стрейчинг. Лазание по гимнастической стенке. **СФП** Бег с ускорениями до 60 м. Прыжки с высоты 40см. Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность. **Техническая подготовка.** 1. Ведение мяча «змейкой» средним подъемом с пробитием по воротам. 2. Вбрасывание. **Тактическая подготовка.** Эстафеты с мячом и без мяча.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
28	«Штрафные удары»	Профилактика травматизма на занятиях футболом. Повторение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Ходьба на носочках, пятках, с наклоном вперед. Бег с заданием: с подниманием бедра, с захлестыванием голени, ускорение по сигналу, спиной вперед. ОРУ на месте с мячом Лазание на животе по гимнастической скамейке, гимнастической стенке. **СФП** Бег с ускорениями до 60 м. Прыжки с места в длину. Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность. **Техническая подготовка.** 1. Угловой удар. 2. Повторить работу вратаря **Тактическая подготовка.** Футбол по упрощенным правилам.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
МАЙ					

29	«Веселый мяч»	Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Страховка и самостраховка. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Пружинистые приседания на одной ноге в положении выпада. Прыжки на двух и одной ноге на месте. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. **СФП** для развития быстроты Бег боком и спиной вперед 10-15 м из различных исходных положений: стоя лицом, спиной к стартовой линии, из приседа. **СФП** для развития ловкости держание мяча в воздухе (жонглирование). **Техническая подготовка.** 1. Повторение удара внутренней стороной подъема. **Тактическая подготовка.** Эстафеты с мячом и без мяча.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	Ознакомление родителей с результатами работы за год.
30	«Мы любим футбол»	Профилактика травматизма на занятиях футболом. Повторение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Ходьба на носочках, пятках, с наклоном вперед. Бег с ускорениями до 60 м., бег спиной. **СФП.** Для развития стартовой скорости. Бег боком и спиной вперед. Ускорения по сигналу на 5-10, 10-15 м из различных исходных положений: стоя лицом к стартовой линии, из приседа, широкого выпада. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. **СФП** для развития ловкости держание мяча в воздухе (жонглирование). **Техническая подготовка.** 1. Повторение финта «уходом» в нападении. 2. Отработка отбора мяча в защите. **Тактическая подготовка.**	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	

		П/И «Обыграй соперника» - игра один на один с защитником.			
31	«О Спорт - ты мир!»	Профилактика травматизма на занятиях футболом. Повторение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Ходьба на носочках, пятках, с наклоном вперед. Бег с заданием: с подниманием бедра, с захлестыванием голени, спиной вперед, ускорение по сигналу, приставным шагом. Перелазание по гимнастической стенке. Диагностика основных видов физической подготовки. **Техническая подготовка.** 1. Разучить упражнения для развития умения видеть игровое поле **Тактическая подготовка.** Футбол по упрощенным правила	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная Индивидуальная	
32	«Скоро лето»	Обычная ходьба чередовать с ходьбой спиной вперед. Челночный бег 3*5м. Диагностика основных видов физической подготовки Заполнение диагностической карты путем опроса и демонстрации отдельных элементов игр.	Беседа. Опрос Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная Индивидуальная	
Итоговое					

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
«ФУТБОЛ»
возрастная группа (6-7 лет)

№ занятия	Тема	Содержание	Методы обучения	Формы работы	Работа с родителями
ОКТЯБРЬ					
1	Вводное занятие	Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке. Инструктаж по технике безопасности во время занятий футболом. Пропаганда ЗОЖ.. Ходьба в глубоком приседе в колонне, с поворотом туловища назад. Бег «змейкой»; широким шагом, преодолевая препятствия ОРУ без предметов. **Техническая подготовка*:*** 1. Развитие физических качеств: быстроты, скоростно-силовых качеств 2. Повторить прыжки*:* вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. **Тактическая подготовка** П/И « Мяч в кругу», Футбол по упрощенным правилам.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	Презентация «Программа дополнительного образования «Футбол»
2	Выявления уровня первичной подготовки детей	Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Страховка и самостраховка. Ходьба по кругу приставным шагом вправо, влево, на пятках, на носках. Бег со сменой ведущего; выбрасывая прямые ноги вперед; с остановкой по звуковому сигналу. Прыжки с разбега на мат, перепрыгивая мягкое препятствие. ОРУ с мячами. **Техническая подготовка** 1. .Развитие физических качеств:	Беседа. Практическое занятие	фронтальная Подгрупповая	

		ловкости, чувство равновесия через ОФП 2. Повторение технического приема в футболе – удар внутренней стороной стопы. Остановка мяча подошвой. **Тактическая подготовка** П/И «Сумей выбить мяч»			
3	«Ударь не глядя»	Инструктаж по технике безопасности во время занятий. Ходьба по кругу на носках, пятках, выпадами, спиной вперед Бег длинной и короткой «змейкой» с поворотом кругом по звуковому сигналу. ОРУ без мячей, стрейчинг. **Техническая подготовка** 1. Развитие физических качеств: быстроты, ловкости по средством прыжковых упражнений **2.** Продолжать изучение футбольного приема – удар внутренней стороной стопы. Остановка подошвой. **Тактическая подготовка** П/И «Сумей выбить мяч» «Мяч водящему».	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	
4	«Прокати мяч»	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой спиной вперед, на высоких четвереньках, с выполнением задания по звуковому сигналу (присесть). «Встречные перебежки» Правила игры в защите и в нападении. **Техническая подготовка** 1. Совершенствовать работу в парах передачи с остановкой подошвой, правой, левой ногой. 2. Закрепление игрового упражнения «Сумей выбить мяч» 3. Повторить удары по воротам разученными способами. **Тактическая подготовка** П/И «Задержи мяч», «Обведи и на потеряй».	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	
НОЯБРЬ					

5	«Мяч ловцу»,	Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Обычная ходьба в сочетании с ходьбой на носках по неровной (массажной) дорожке, по буму выпадами. Бег противоходом; с ускорением; с остановкой по звуковому сигналу ОРУ, стрейчинг. **Техническая подготовка** 1. Развитие физических качеств: силы, быстроты, ловкости, координации движений по средства (ОФП) 2. Закрепление удара внутренней частью подъема. **Тактическая подготовка** П/И «Салки с мячом», «Ловишки»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	Консультация «Профилактика травматизма у ребенка на улице».
6	«Быстрые и ловкие»	Страховка и самостраховка. Ходьба обычная, с заданиями для рук. Бег обычный, высоко поднимая колени; по сигналу бег врассыпную; в колонне; обычный бег. ОРУ. **Техническая подготовка** 1. Развитие физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений по средствам СФП 2. Продолжить совершенствовать удар по мячу внутренней частью подъема. 3. Закрепить остановку мяча внутренней стороной стопы, подошвой, носком. **Тактическая подготовка** П/И «Мяч в кругу» , Эстафеты смячом.	Беседа. Практическое занятие	Фронтальная Подгрупповая	
7	«Быстрый мяч»	Повторение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Ходьба с выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо и пр.). Бег в различных направлениях, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	

		остановкой по сигналу, повороты, прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо, перемещение в защитной стойке. **Техническая подготовка** 1. Развитие физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений. 2. Закрепление удара мяча серединой подъема. 3. Закрепление способа перемещения в защите спиной вперед приставным шагом. **Тактическая подготовка** П/И «Пробеги с мячом», Футбол по упрощенным правилам.			
8	«Мяч в кругу»	Значение правильного режима для юного спортсмена. Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, наклон вперед, не сгибая колена, выпад поворот в туже сторону. Бег с подниманием бедра, с захлестыванием голени, с ускорением по сигналу, спиной вперед, остановки, повороты. ОРУ без мячей, стрейчинг. **Техническая подготовка** 1. Закрепить обводку фишек – обвести ее кругами внутренней частью стопы, серединой подъема правой ногой, левой по 5 кругов. 2. Совершенствовать удары по воротам изученными способами. 3. Продолжить повторять работу в парах отработка изученных способов ударов по мячу. **Тактическая подготовка** П/И «Быстро возьми, быстро положи» «Эстафеты с мячом»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
ДЕКАБРЬ					

9	«Быстрый футболист»	Обтирание, обливание и ножные ванны как гигиенические и закаливающие процедуры. Ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена. Бег различным способом: спиной вперед, ускорением, захлестыванием голени, подниманием бедра, приставным шагом, остановки, повороты, прыжки. ОРУ в движении: круговые вращения рук, попеременные движения рук, подскоки в движении. Стрейчинг на месте. **Техническая подготовка** 1. Повторить ведение мяча серединой подъема обводя фишки «Змейкой» правой, левой ногой. 2. Совершенствовать введение мяча по прямой с ударом по воротам серединой подъема. 3. Игровое упражнение «Отними». **Тактическая подготовка** П/И «Горячая картошка», Футбол по упрощенным правилам.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	Консультация «Спорт – источник здоровья».
10	«Защитник»	Площадка для игры в футбол, ее устройство, разметка. Основы по предупреждению травм и несчастных случаев. Ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена. Бег различным способом: спиной вперед, ускорением, захлестыванием голени, подниманием бедра, приставным шагом, остановки, повороты, прыжки. ОРУ в движении: круговые вращения рук, попеременные движения рук, подскоки в движении. Стрейчинг на месте. **Техническая подготовка** 1. Повторить игровое упражнение по типу встречной эстафеты, где выполняется удар внутренней стороной стопы.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	

		2. Закрепить работу в парах отработка ударов внутренней стороной стопы, внутренним подъемом, средним подъемом. 3. Повторить технику работы защитника **Тактическая подготовка** П/И» Научись владеть мячом», «Задержи мяч»			
11	«Летящий мяч»	Основы по предупреждению травм и несчастных случаев. Ходьба с различным заданием: Поднимание и опускание рук в стороны, и вперед, сведение и разведение рук вперед, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Бег «змейкой» без мяча между расставленными в различном положении стойками для обводки, ОРУ. **Техническая подготовка** 1. Повторить ведение мяча «змейкой» внутренней стороной стопы с нанесением удара по воротам внутренней стороной стопы. 2. Тоже упражнение с защитником, защитник работает пассивно. **Тактическая подготовка** П/И «Салки с мячом», Футбол по упрощенным правилам.	Беседа. Практическое занятие	Фронтальная Подгрупповая	
12	«Бомбардир»	Защитные средства во время занятий футболом. Ходьба с выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо и пр.). Бег в различных направлениях, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу, повороты, прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо, перемещение в защитной стойке. **Техническая подготовка**	Беседа. Практическое занятие	Фронтальная Подгрупповая	

		1. Совершенствовать ведение мяча «Змейкой» изученными способами ведения. 2. Закрепить ведения средним подъемом. 3. Совершенствовать удары по воротам средним подъемом стопы. **Тактическая подготовка** П/И «Задержи мяч» «Быстро возьми, быстро положи»			
ЯНВАРЬ					
13	«Обыграй соперника»	Правила оказания первой доврачебной помощи при легких травмах и повреждениях ходьба с выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо и пр.). Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию. **Специально физическая подготовка (СФП)** Челночный бег 3х10 м, 4х10 м, встречные эстафеты, беговые и прыжковые упражнения. Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см. **Техническая подготовка** 1. Закрепить работу в парах удар внутренней частью стопы с остановкой внутренней частью стопы. 2. Повторить ведение мяча внутренней частью стопы «змейкой» с ударом по воротам. 3. Закрепить работу с защитником. **Тактическая подготовка** П/И «Обыграй соперника» - игра один на один с защитником.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая	Консультация «Нравственное воспитание ребенка в семье».
14	«Быстрый мяч»	История зарождения футбола в России и в Мордовии Ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	

		Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию. **СФП** Челночный бег 3х10 м, 4х10 м, встречные эстафеты, беговые и прыжковые упражнения. Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см. **Техническая подготовка** 1. Отработка ведения мяча ногой. Остановку внутренней стороной стопы. 2. Совершенствовать работу в парах передачи внутренней стороной стопы и остановка внутренней стороной стопы. **Тактическая подготовка** П/И «Самый быстрый» Четыре группы игроков становятся позади четырех обручей, расположенных на расстоянии 9-11 м друг от друга. В центре помещаются двенадцать мячей. По игроку от каждой команды бегут к мячам, чтобы взять их в руки (по одному каждый), принести их назад и положить в обруч. Следующий игрок повторяет это действие, и упражнение продолжается до тех пор, пока в каждом обруче не окажется по три мяча.			
15	«Футбол»	Роль капитана команды, его права и обязанности. Спортивные сооружения в Республике Мордовия. Ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена. Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию. **СФП** Челночный бег 3х10 м, 4х10 м, встречные эстафеты, беговые и прыжковые упражнения.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	

		Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см. **Техническая подготовка** 1. Отработать прием «Опека и преследование» 2. Закрепить обманные движения уходом (финтами). **Тактическая подготовка** П/И «Футбол по облегченным правилам»			
16	«Мы играем в футбол»	Повторение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена Легкий бег, Челночный бег 3х10 м, П/И «Футбол по облегченным правилам»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
ФЕВРАЛЬ					
17	«Не упусти мяч»	Эмблемы Футбольных клубов России. Ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена. Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию. **СФП** Челночный бег 3х10 м, 4х10 м, встречные эстафеты, беговые и прыжковые упражнения. Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см. **Техническая подготовка** 1. Развитие физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений, частоты движений по средствам прыжковых упражнений **Тактическая подготовка** Соревнование «Футбол по облегченным правилам» 2 тайма.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	Открытый просмотр кружкового занятия.

18	«Быстрые футболисты	Чемпионат Мира 2018 Бег в различных направлениях, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу инструктора **СФП** для развития стартовой скорости. Бег боком и спиной вперед. Ускорения по сигналу, 10-15 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, широкого выпада, лежа. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. **Техническая подготовка** **1.** Изучение технического приема – отбора мяча. **Тактическая подготовка** Соревнование «Футбол по облегченным правилам» 2 тайма	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Индивидуальная	
19	«Непослушный мяч»»	Спорт- это жизнь. Нет вредным привычкам. Бег в различных направлениях, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу инструктора. ***СФП*** для развития стартовой скорости. Бег боком и спиной вперед. Ускорения по сигналу, 10-15 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, широкого выпада, лежа. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. **Техническая подготовка** 1. Развитие физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений, частоты движений по средствам прыжковых упражнений 2. Закрепить вбрасывание мяча. **Тактическая подготовка** П/и «Быстро возьми, быстро положи».	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	

20	«Быстрые футболисты»	Гигиенические навыки. Следим за одеждой. Профилактика травматизма на занятиях футболом. Бег в различных направлениях, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу инструктора. ***СФП*** для развития стартовой скорости. Бег боком и спиной вперед. Ускорения по сигналу, 10-15 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, широкого выпада, лежа. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. **Техническая подготовка** 1. Закрепить ведение мяча внутренней стороной стопы, отбор мяча в защите. 2. Отработать работу вратаря **Тактическая подготовка** П/И «Невод», «Попади в цель»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
МАРТ					
21	«Мы играем в футбол»	Обтирание, обливание и ножные ванны как гигиенические и закаливающие процедуры. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Пружинистые приседания на одной ноге в положении выпада. Приседание на одной ноге (правой, левой). Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. ***СФП*** для развития ловкости Ведение мяча «змейкой» средней частью подъема с ударом по воротам. **Техническая подготовка** 1. Усовершенствовать удары средней частью подъема в парах на месте. Остановка подошвой. 2. Тоже в парах с отбором мяча в защите. **Тактическая подготовка**	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	Консультация «Закаливаемся с детства»

		П/И Футбол по упрощённым правилам			
22	«Ловкие и быстрые»	Обтирание, обливание и ножные ванны как гигиенические и закаливающие процедуры. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Пружинистые приседания на одной ноге в положении выпада. Приседание на одной ноге (правой, левой). Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. ***СФП*** для развития ловкости Ведение мяча «змейкой» средней частью подъема с ударом по воротам. **Техническая подготовка** 1. Продолжать совершенствовать удары средней и внутренней частью подъема в парах на месте. Остановка подошвой и внутренней частью стопы **Тактическая подготовка** Соревнование «Футбол по облегченным правилам» 2 тайма	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная Индивидуальная	
23	«Звонкий мяч»	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Пружинистые приседания на одной ноге в положении выпада. Приседание на одной ноге (правой, левой). Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. ***СФП*** для развития ловкости Ведение мяча «змейкой» средней частью подъема с правой и левой ногой. **Техническая подготовка** ***1.*** Продолжить совершенствовать ведение мяча по прямой. ***2.*** Закрепить ведение мяча с быстрым изменением направления движения по зрительному ориентиру	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	

		Тактическая подготовка П/И «Салки с мячом».			
24	«Мяч в ноги»	Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. ***СФП*** для развития ловкости Ведение мяча «змейкой» средней частью подъема с правой и левой ногой. **Техническая подготовка.** 1. Закрепить отработку отбора мяча в защите. 2. Совершенствование всех видов ударов по воротам и обучение вратаря ловить мяч. **Тактическая подготовка.** Футбол по упрощенным правилам.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
АПРЕЛЬ					
25	«Катящийся мяч»	Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Страховка и самостраховка. Ходьба, бег с заданием. ОРУ на месте. Лазание в различных исходных положениях – стоя на коленках, на животе по гимнастической скамейке. **СФП** *Б*ег с ускорениями до 60 м. Прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги», бросать мяч снизу. **Техническая подготовка.** 1. Продолжить совершенствовать отработку ударов по мячу ногой*:* правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. 2. Закрепить остановку мяча: катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	Консультация «Профилактика вирусных заболеваний».

		Тактическая подготовка. П/и «Кто сделает меньше прыжков»			
26	«Ловкие защитники»	Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Ходьба на носочках, пятках, с наклоном вперед. Бег с заданием: с подниманием бедра, с захлестыванием голени, длительный бег ОРУ на месте, стрейчинг. Лазание в различных исходных положениях – на животе, спине, по гимнастической скамейке. **СФП** Бег с ускорениями до 60 м. Прыжки с места в длину, бросать мяч из-за головы. **Техническая подготовка.** 1. Продолжить разучивать отработку перемещения в защите. 2. Закрепить игровое упражнение «Задержи мяч» по кругу, внутри круга защитник. **Тактическая подготовка**. П/И «Самый быстрый» Футбол по упрощенным правилам	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная Индивидуальная	
27	«Ловкий бомбардир»	Повторение правил игры в футбол. Разметка спортивной площадки. Ходьба на носочках, пятках, с наклоном вперед. Бег с заданием: спиной вперед, ускорение по сигналу, подскоки. ОРУ на месте, стрейчинг. Лазание по гимнастической стенке. **СФП** Бег с ускорениями до 60 м. Прыжки с высоты 40см. Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность. **Техническая подготовка.**	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная Индивидуальная	

		1. Закрепить ведение мяча «змейкой» средним подъемом с пробитием по воротам. 2. Повторить вбрасывание. **Тактическая подготовка.** Соревнование «Футбол по облегченным правилам» 2 тайма.			
28	«Штрафные удары»	Профилактика травматизма на занятиях футболом. Повторение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Ходьба на носочках, пятках, с наклоном вперед. Бег с заданием: с подниманием бедра, с захлестыванием голени, ускорение по сигналу, спиной вперед. **Техническая подготовка.** 1. Угловой удар. 2. Повторить работу вратаря **Тактическая подготовка.** Соревнование «Футбол по облегченным правилам» 2 тайма	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
МАЙ					
29	«Веселый мяч»	Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Страховка и самостраховка. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Пружинистые приседания на одной ноге в положении выпада. Прыжки на двух и одной ноге на месте. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. **СФП** для развития ловкости держание мяча в воздухе (жонглирование). **Техническая подготовка**. 1. Совершенствовать удар внутренней стороной подъема. **Тактическая подготовка.** Соревнование «Футбол по облегченным правилам»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	Ознакомление родителей с результатами работы за год

		2 тайма			
30	«Мы любим футбол»	Профилактика травматизма на занятиях футболом. Повторение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Ходьба на носочках, пятках, с наклоном вперед. Бег с ускорениями до 60 м., бег спиной. **СФП** для развития ловкости держание мяча в воздухе (жонглирование). **Техническая подготовка и тактическая подготовка.** 1. Повторение финта «уходом» в нападении. 2. Отработка отбора мяча в защите. Во время соревнования по «Футболу» по облегченным правилам 2 тайма по 5 мин.	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная	
31	«О Спорт - ты мир!»	Профилактика травматизма на занятиях футболом. Повторение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Ходьба на носочках, пятках, с наклоном вперед. Бег с заданием: с подниманием бедра, с захлестыванием голени, спиной вперед, ускорение по сигналу, приставным шагом. Перелазание по гимнастической стенке. Диагностика основных видов физической подготовки. **Техническая подготовка.** 1. Повторить упражнения для развития умения видеть игровое поле **Тактическая подготовка.** «Эстафеты с мячом»	Беседа. Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная Индивидуальная	
32	«Скоро лето»	Обычная ходьба чередовать с ходьбой спиной вперед. Челночный бег 3*5м. Соревнование «Футбол по облегченным правилам» 2 тайма по 10 мин	Беседа. Опрос Практическое занятие	Подгрупповая Фронтальная Индивидуальная	
33	Итоговое				

Методическое обеспечение программы

Формы занятий планируемых по каждой теме или разделу

Основной формой является тренировочное занятие

Приёмы и методы организации

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: словесная передача знаний и руководства действиями воспитанников (объяснение, рассказ, беседа)

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у воспитанников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;

- игровой;

- соревновательный;

- круговой тренировки.

Главным из них является **метод упражнений**, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;

- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у воспитанников образовались некоторые навыки игры.

Дидактический материал

Картотека подвижных игр с мячом

Картотека сюжетных картинок «Летние виды спорта и спортивные дисциплины»

Портреты: Футболисты Российских и зарубежных клубов

Техническое оснащение занятий

Одним из основных условий успешной организации тренировочного процесса в футболе является наличие спортивного зала оборудованного для занятий футболом и спортивной площадки для занятий в тёплое время года.

А так же:

1. Тренажёры.
2. Стойки для обводки – 10 шт.
3. Гимнастические скамейки
4. Мишени – 2 шт.
5. Переносные ворота – 2 шт.
6. Конусные фишки – 10 шт.
7. Тренировочные манишки – двух расцветок 18 шт.
8. Мячи – 20 шт.
9. Скакалки – 12 шт.
10. Мячи набивные – различной массы по 1 шт.
11. Мячи футбольные – 10 шт.
12. Компрессор для накачивания мячей – 1 шт.

Список литературы

Список литературы для педагогов

Желобкович Е. Ф. Футбол в детском саду./Конспекты занятий М., ООО «Издательство «Скрипторий 2003», - 2009. – 99 с.

- Голомазов С.В., Б.Г. Чирва Футбол. Теоретические основы тренировки ловли и отражения мячей вратарям.- М.:Физкультура и спорт, 2006г.- 158с
- Голомазов С.В., Б.Г. Чирва Футбол. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства.- М.:Физкультура и спорт, 2005г.-139с
- Голомазов С.В., Б.Г. Чирва Футбол. Универсальная техника атаки. М.:Физкультура и спорт, 2004г.-209с
- Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действия с мячом. М.:Физкультура и спорт, 2006г.-162с
- Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Методика тренировки. Техники реализации стандартных положений.- М.:Физкультура и спорт, 2007г.- 142с
- Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Методика тренировки техники игры головой.- М.:Физкультура и спорт, 2008г.-125с
- Перепекин В.Н. Восстановление работоспособности футболистов. М.: ООО «Изб-во АСТ» : «Изд-во Астрель»,2003.- 526 с.
- Селуянов В.Н., Сарсания С.К., Сарсания К.С. Физическая подготовка футболистов.- Минск: Вышей. Школа, .2005г.
- Жан-Люк Чесно, Жирар Дюре. Футбол. Обучение базовой технике М, «Академия», 2006г.

Список литературы для детей и родителей

- Железняк Ю.Д. Спортивные игры.- М.: «Академия», 2002г.

- 1000 футболистов. Лучшие игроки всех времен / Переводчик А.В. Волков, редактор П. И.Андрианов, - М.: Издательство: АСТ, 2009. – 339 с.