

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 4» Г. СОЧИ

**Методическая разработка
по обучению детей подготовительной группы игре футбол**

Подготовил: тренер-преподаватель

Матарыкин А.В.

г. Сочи - 2023 г.

Аннотация.

Методическая разработка направлена на улучшение физического развития, физической подготовленности детей, развитию ловкости, координации, глазомера, согласованности движений, воспитанию морально-волевых качеств и предусматривает обучение детей элементам спортивной игры футбол в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья.

Предлагаемая методическая разработка адресована воспитателям, инструкторам физического воспитания.

Содержание.

Введение.....	8
Актуальность	9
Отличительная особенность пособия.....	10
Цель, задачи	10
Формы занятий	11
Способы организации детей	
Организация условий	
Структура занятия	12
Ожидаемый результат	13
Выводы	14
Литература... ..	15
Перспективный план.....	16

Введение.

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в этом возрастном периоде закладываются основы правильного физического развития.

Природа дала ребенку врожденное стремление к движению, снабдив очень ценным чувством - чувством "мышечной радости", которое он испытывает, двигаясь. Одним из средств повышения двигательной активности являются спортивные игры.

Подвижным играм с элементами спорта как виду деятельности присущи изменяющиеся условия тех или иных действий, поэтому большинство этих игр связано с проявлением двигательных способностей: скоростно-силовых, координационных, на выносливость, силу, гибкость, а также совершенствуются чувства мышечных усилий, пространства, времени, совершенствуются функции различных анализаторов.

Спортивные игры способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма – нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной, улучшению физического развития детей, воспитанию морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия спортивными играми и упражнениями способствуют воспитанию у дошкольников положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством для закаливания ребенка.

На практике видно, что дети дошкольного возраста с большим удовольствием занимаются физкультурой и началами различных видов спорта. Большой интерес у них вызывают спортивные игры – баскетбол, футбол, волейбол, настольный теннис, бадминтон, хоккей и др.

Заниматься спортом в прямом смысле слова (который подразумевает участие детей в спортивных соревнованиях с целью достижения высоких спортивных результатов) не рекомендуется для детей дошкольного возраста. Но элементарные действия в спортивных играх, отдельные элементы соревнования, не только возможны, но и целесообразны.

В старшем дошкольном возрасте необходимо воспитывать интерес ребенка к освоению новых видов движений и физических упражнений, к повышению уровня своих физических способностей, стимулировать стремление к участию в коллективных играх и соревнованиях со сверстниками. В этот период следует прививать детям понимание того, что только трудом, упорством и настойчивостью можно добиться поставленных целей.

П. Ф. Лесгафт отмечал, что ребенок всегда является зеркалом среды, в играх он усваивает все: привычки и обычаи своей среды, воспринимая все, что чаще видит и узнает от окружающих его лиц.

Главная задача физического совершенствования детей старшего дошкольного возраста состоит в расширении объема двигательных навыков за счет овладения более сложными видами движений из арсенала различных

видов спорта и повышения внимания к развитию физических качеств – преимущественно быстроты и выносливости.

Детям данного возраста надо предоставить возможность проявить свои способности, умения, разнообразно использовать свой двигательный опыт. При этом очень важно, чтобы ребенок самостоятельно находил решения, проявлял инициативу, творчество, чувствовал себя свободным.

Таким образом, спортивные игры, позволяя дошкольнику проявлять самостоятельность, активность, творчество, инициативу, формируют у них положительное отношение к спорту.

Актуальность

В детском организме заложены большие возможности для тренировок, а это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания ДООУ. Ведь освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом. Наблюдая за многократным монотонным и однообразным повторением действий детей с мячом, я пришла к выводу, что интерес у дошкольников к манипуляциям с мячом пропадает. Это привело меня к необходимости поиска новых эффективных средств развития двигательной активности, развития интереса детей к достижению потребности быть ловким, быстрым, сильным, смелым.

Во всем мире большой популярностью пользуется игра в футбол, как среди взрослых, так и среди детей. В настоящее время в нашей стране охват детей дошкольного возраста занятиями футболом незначителен. Футбол как специфический вид двигательной деятельности позволяет создать условия для нормального физиологического, психического и физического развития ребенка, а также формирования социально значимых личностных качеств детей.

Эта игра сочетает ходьбу, бег, прыжки с одновременным использованием различных ударов, ведений, передач мяча, бросков, ловли и т.д. Занятие футболом способствуют развитию ловкости, быстроты, координации движений, двигательной реакции, ориентации в пространстве. Игры с мячом развивают соответствующие навыки поведения в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, решительности, смелости. Дети учатся управлять своими движениями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях.

Несмотря на педагогическую ценность элементов спортивных игр, в имеющихся программах для ДООУ по физическому воспитанию обучению элементам игры в футбол не уделяется должного внимания. Одним из решений данной проблемы в нашем дошкольном учреждении явилось внедрение проекта по обучению воспитанников старшего дошкольного возраста элементам игры в футбол.

С 2014 года в ДОУ реализуется проект: « Разработка и внедрение организационно – педагогической модели культурно – досуговой деятельности на основе массовых видов спорта» (направление «Футбол с детства»), разработчиком которой стал ИРО г. Ярославль. Утвержден приказом департамента образования Ярославской области № 285/01-03 от 27.04.2016 Об утверждении регионального проекта "Разработка и внедрение организационно-педагогической модели культурно-досуговой деятельности детей на основе массовых видов спорта.

Таким образом, посредством разнообразных игр, игровых упражнений, заданий, эстафет дошкольники обучаются азам игры в футбол в условиях дошкольного учреждения, а в дальнейшем в секции футбола детско-юношеской спортивной школы п. Семибратово.

Отличительная особенность.

Данная методическая разработка расширяет возможности физического развития двигательных способностей детей на основе спортивной игры - футбол. Отличительная особенность обучения игре в футбол в дошкольном учреждении - это ее эмоциональная направленность, позволяющая поддерживать у детей интерес к физической культуре. Разнообразие игровых упражнений, подвижных игр увлекает детей настолько, что они иногда «забывают» о времени. Дошкольники уходят с занятия с желанием продолжить его как можно скорее. Так формируются осознанный интерес и мотивация к занятиям не только футболом, но и физкультурой в целом.

Цель:

Сохранение и укрепление здоровья детей, повышение двигательной активности через спортивную игру футбол.

Задачи:

1. Формировать у детей старшего дошкольного возраста многообразные действия с мячом.
2. Развивать у дошкольников точность, координацию движений, быстроту реакций, силу, глазомер.
3. Обучать воспитанников правильной технике выполнения элементов спортивной игры футбол (удар, передача, ведение).
4. Формировать у дошкольников устойчивый интерес к спортивным играм.
5. Обогащать мировоззрение детей через различные формы образовательной деятельности.
6. Воспитывать у детей морально-волевые качества.
7. Вовлекать родителей в совместную деятельность через оптимизацию различных форм физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

Формы занятий - групповая совместная деятельность.

Варианты проведения занятий:

- занятия-упражнения с мячами;
- занятия, состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности;
- занятия-тренировки;
- занятия-соревнования, эстафеты;
- занятия - зачеты;
- самостоятельные занятия;

Варианты проведения занятий интегрируются.

Способы организации детей:

фронтальный, поточный, групповой и индивидуальный.

Занятия проводятся в спортивном зале 2 раз в неделю во время организованной образовательной деятельности в основных движениях, во время проведения спортивной игры, и на спортивной площадке, в зависимости от погодных условий.

Продолжительность занятий -25 - 30 мин.

Организация условий:

- спортивный зал;
- пособия и игрушки соответствуют по устройству, размерам и весу возрасту детей, их подготовленности, обеспечивается безопасность;
- дети в спортивной одежде и обуви;
- воспитатель в спортивной форме.

Спортивное оборудование:

основное: мячи резиновые разного диаметра, мячи футбольные № 4, мячи надувные, набивные;

дополнительное: дуги, кольца, кегли, скамейки гимнастические, ворота, фишки, манишки разного цвета .

Дидактические принципы:

сознательность, активность, систематичность и последовательность, доступность и прочность, наглядность.

Методы, используемые на занятиях:

словесные (объяснение упражнения, указание, распоряжение и команда, рассказ, беседа);

наглядные (показ, имитация, звуковые и зрительные ориентиры, использование наглядных пособий);

практические (упражнения, конкретные задания, игровые приемы, поддержка и помощь, соревнования).

Структура занятия

1. Вводная часть (3 -4 мин.) – разминка, целью которой является подготовка организма ребенка к более интенсивной работе в основной части (различные виды ходьбы, бег, прыжки, подскоки, дыхательные упражнения и подвижные игры).
2. Основная часть (20 мин) - небольшой комплекс общеразвивающих упражнений обучение движениям с мячом, (подводящие упражнения , сходные по структуре с главными элементами техники того или иного движения в игре футбол), дыхательное упражнение
3. Заключительная часть (4 -5 мин)
релаксация (ходьба с дыхательными упражнениями, спокойная игра)

Содержание:

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 змейкой
- прыжки на одной и на двух ногах
- прыжки вперед, назад и в стороны

2) Удар по мячу:

- с места внешней стороной стопы по неподвижному мячу
- передача мяча в парах носком, внутренней стороной, внешней стороной стопы
- с разбега по неподвижному мячу о стену
- внутренней стороной стопы «щечкой» по неподвижным и катящимся мячам
- по цели, после передачи мяча партнером
- обводка стоек и удар
- мячом по предмету, который размещен в центре

3) Остановка мяча:

- остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы
 - остановка катящегося мяча подошвой
 - передача мяча в парах любым способом
- передача мяча от водящего, находящегося в центре круга

4) Ведение мяча:

- по прямой попеременно то правой, то левой ногой
- между предметами, обводя их
- по коридору (шириной 2 м.)
- произвольное ведение любым способом

5) Передача мяча:

- передачи, выполняемые разными частями стопы
- передача неподвижного мяча
- передача катящегося мяча

6) Тактическая подготовка:

- передачи
- ведение и обводка
- удары по воротам
- обманные движения

7) Теоретическая подготовка:

- история футбольного мяча
- виртуальный музей мяча
- умеете нападать, умеете защищать
- простейшие правила игры
- как избежать травматизма

Ожидаемый результат:

1. Овладение теоретическими и практическими знаниями воспитанников элементами спортивной игры футбол.
2. Повышение двигательной активности, формирование таких качеств, как коллективизм, выдержка, целеустремленность, дисциплинированность.
3. Укрепление здоровья воспитанников.

Обучение навыкам игры футбол:

Обучение дошкольников игре в футбол проходят в три этапа: подготовительный, основной, заключительный.

На *подготовительном этапе* главными задачами являются: повышение общей физической подготовленности; совершенствование общей выносливости; улучшение техники бега; улучшение состояния здоровья.

Контроль за степенью усвоения учебного материала, уровнем физического развития и подготовленности представлен в **приложении 2**.

Реализация этого этапа осуществляется в повседневной жизни дошкольников посредством подвижных игр и физических упражнений на прогулках, вовремя самостоятельной двигательной деятельности детей, непосредственно во время физкультурных занятий и спортивных развлечений. Данный этап может длиться от нескольких месяцев до полу года и более.

Основной этап — этап непосредственного обучения игре в футбол.

Футбольные элементы включены в программный обучающий материал по физвоспитанию на протяжении учебного года. Длительность таких занятий составляет 25-30 минут.

Содержание основного обучающего этапа представлено в конспектах занятий, программном содержании занятий на год, приведенных в **приложении 1**.

Заключительный этап - этап совершенствования технических, элементарных тактических навыков игры в футбол, т.е. непосредственно сам футбольный матч. Перед каждой игрой необходима разминка, состоящая из упражнений, уже знакомых детям.

Футбольный матч двух команд, состоящих из детей одной или двух групп детей старшего дошкольного возраста, включаются в программу Недели футбола (**приложение 3**), спортивного праздника, в совместные с

родителями физкультурно-оздоровительные мероприятия и т.д. Большая часть занятия данного этапа проводятся на улице.

Кроме практических занятий по обучению дошкольников спортивной игре футбол, формирующих и развивающих основные виды движений и физических качеств, регулярно провожу и теоретические занятия с детьми. Теоретические занятия, посвященные спортивной игре футбол (беседы, просмотры кино- и видеофильмов, показ фотографий, слайдов, чтение книги т.д.) сопровождаются последующим обсуждением, в процессе которого дошкольники горячо и заинтересованно высказывают свое мнение, защищают и отстаивают свою точку зрения, являются полезной формой нравственного, эстетического, волевого воспитания, воспитания положительного отношения к спорту.

Взаимодействие с родителями:

В Концепции дошкольного воспитания подчеркивается: «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьей и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов».

Для этого были определены следующие условия:

- создание атмосферы заинтересованности и потребности в двигательной активности воспитанников;
- участие в семейных физкультурно - оздоровительных мероприятиях ДООУ и конкурсах муниципального уровня;

В течении обучающего периода предлагаю родителям посещение занятий с целью просмотра и отслеживания качества работы с детьми; провожу беседы с родителями воспитанников, анкетирование.

Выводы:

Спортивные игры дают возможность каждому ребенку почувствовать важность участия в совместных действиях, помощи друг другу для достижения результата и успеха, т.е. приобщают детей к универсальным ценностям человеческой жизни: доброте, коллективизму, взаимопомощи. Конечно же, требуют длительных тренировок, огромного физического и нервного напряжения и только при системном подходе и дозированной нагрузке наши воспитанники овладеют элементами спортивной игры футбол, которые в дальнейшем позволят более быстро овладеть техникой спортивной игры в полном объеме.

Методические источники:

1. Программа интегративного курса физического воспитания для дошкольников подготовительной группы на основе футбола. Центр организационно-методического обеспечения физического воспитания Департамент образования города Москвы. Москва-2013г., Авторы-составители: В.А.Круглыхин, Е.В.Ломакина, Разова Е.В.
2. Аксенова Н. Повышение уровня двигательной активности и дозировка физической нагрузки на физкультурных занятиях // Дошкольное воспитание, 2000. № 6. С. 37–48.
3. Вавилова Е. Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость: Пособие для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 1981.
4. Вавилова Е. Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 1983. - 144 с.
5. Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам: Ст. возраст. - М.: Владос, 2004 - 374с
6. Осокина Т. И. Физическая культура в детском саду. Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1978. – 287 с.
7. Рунова М. Формирование оптимальной двигательной активности. Старший дошкольный возраст // Дошкольное воспитание, 2000. № 6. С. 30–37.
8. Пензулаева, Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения с детьми 3-5 лет. – М.: Владос, 2001. – 112 с.
9. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 368 с.
10. Щербак А. К гармонии через движение! // Дошкольное воспитание, 1998. № 6. С. 56; № 8. С. 39
11. Николаева Н И. «Школа мяча»
12. Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду» Москва 2009
13. // Дошкольное воспитание № 6 – 2005г. Л. Волошина, Г. Тиунова «Играем в футбол», стр. 46-52.
14. // Дошкольное воспитание № 6 – 2010г. Б. Куланин «Дошкольники и спортивные игры»

Приложение 1.

Перспективный план по организации футбола в детском саду.

Сентябрь

№ п/п	Цель занятия
1.	Беседа на тему: «История футбольного мяча» (мультимедийная презентация). Совершенствовать технику бега с прыжком в высоту в упражнении «Дотронься до колокольчика». Учить касаться носком центра мяча, лежащего неподвижно. Игра – импровизация «Клоун с мячом»
2.	Знакомство с виртуальным музеем мяча (мультимедийная презентация). Закреплять технику касания носком центра мяча, лежащего неподвижно. Совершенствовать навыки, необходимые во вратарской технике: перебрасывание мяча руками друг другу в паре (тройке) на расстоянии 2-3м. Совершенствовать технику подбрасывания и ловли мяча двумя руками, стоя на месте. Подвижная игра «10 передач»
3.	Техника безопасности в игре футбол
4.	Диагностика.

Октябрь

№ п/п	Цель занятия
1.	Учить технике выполнения удара по неподвижному мячу с расстояния 2,5 -3,5 м с места. Совершенствовать технику перебрасывания мяча руками друг другу. Игровые упражнения: «Поймай мяч», «Вперед с мячом».
2.	Учить имитационному удару по мячу носком ноги с расстояния 3 м. Учить технике выполнения передачи мяча в паре и остановки мяча пяткой. Закреплять технику касания носком центра мяча, лежащего неподвижно. Совершенствовать навыки, необходимые во вратарской технике: перебрасывание мяча руками друг другу, стоя в паре (тройке). Подвижная игра «У кого меньше мячей»
3.	Закреплять технику выполнения удара с места (с разбега) по неподвижному мячу в стену с расстояние 3-4м с постепенным увеличением силы удара. Учить выполнять удар в ворота носком ноги без вратаря. Совершенствовать технику передачи мяча друг другу с остановкой мяча пяткой. Развивать быстроту реакции и ловкость при передаче мяча в игровом упражнении «Горячая картошка»
4.	Закреплять умение выполнять несколько ударов с места носком ноги о стенку. Совершенствовать технику удара носком ноги в ворота. Совершенствовать технику перебрасывания мяча способом «двумя руками из-за головы». Игровые упражнения: «Снайпер», «Вертись мячик», «Мяч в ворота».

Ноябрь

№ п/п	Цель занятия
1.	Учить имитационным ударам по мячу внешней стороной стопы. Учить выполнять передачу внешней стороной стопы в паре. Совершенствовать технику выполнения удара с разбега по мячу носком. Игровые упражнения в паре (один игрок прокатывает мяч правой (левой) рукой, другой возвращает ему мяч, ударяя по мячу внешней стороной стопы). Подвижная игра «Уголек».
2.	Закреплять технику выполнения удара внешней стороной стопы в стену или цель с места и с разбега. Учить имитационному удару по мячу серединой подъема. Совершенствовать технику выполнения удара в ворота носком ноги. Эстафета «Забей в ворота гол». Игровое упражнение: «Не выпускай мяч из круга» (передача мяча ногой по кругу).
3.	Закреплять и совершенствовать в игровых упражнениях и подвижных играх технические навыки удара по мячу внешней стороной стопы, удара серединой подъёма. Игровые упражнения: «Не выпускай мяч из круга», «Чей мяч дальше», «Художник» (сидя на полу нарисовать в воздухе круг мячом, зажатым между стопами), «Передал – садись». Подвижная игра: «Сделай фигуру».
4.	Учить технике выполнения удара по мячу в стену с места и (или) с разбега внутренней стороной стопы с расстояния 2,5-3м. Учить технике выполнения удара по мячу в стену с места внутренней стороной стопы через шнур высотой 20см. Закреплять технику выполнения удара по мячу носком ноги.

Декабрь

№ п/п	Цель занятия
1.	Учить технике выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы от водящего игрокам, стоящим по кругу. Закреплять технику ведения мяча по прямой правой и левой ногой, между ориентирами. Игровые упражнения: «Точный удар», «Не потеряй мяч», «Горячая картошка»
2.	Учить технике выполнения удара мячом по стоящему в центре круга (диаметр круга 4-5м) предмету. Закреплять технику выполнения удара по мячу внутренней стороной стопы с попаданием в цель (или предмет) с расстояния 2,5-3м после передачи мяча партнёром. Закреплять технику выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы от водящего к игрокам, стоящим по кругу. Совершенствовать технику выполнения удара по мячу носком с разбега, свободно передвигаясь по залу. Совершенствовать технику выполнения удара по мячу с разбега внутренней стороной стопы («щёчкой»).
3.	Учить технике выполнения остановки (приёма) мяча подошвой ноги. Закреплять технику выполнения удара мячом по стоящему в центре

	круга (диаметр круга 4-5м) предмету. Совершенствовать технику выполнения удара по мячу с места внутренней стороной. Игровые упражнения: « Кто больше», «Не выпусти из круга». Подвижная игра: «Ловишки в кругу».
4.	Учить технике ведения мяча прямо попеременно то правой, то левой ногой. Закреплять технику выполнения остановки (приёма) мяча подошвой ноги. Совершенствовать двигательные умения и навыки в игровых упражнениях. Подвижная игра: «Удочка», «Перебеги с мячом на другую сторону», «Не выпускай мяч», «Ловкие ребята».

Январь

№ п/п	Цель занятия
1.	Учить технике ведения мяча попеременно то правой то левой ногой между предметами (набивными мячами). Учить технике произвольного ведения мяча. Закреплять технику ведения мяча прямо попеременно то правой, то левой ногой. Совершенствовать технику остановки (приёма) мяча подошвой ноги. Совершенствовать навыки владения мячом, полученные на предыдущих занятиях.
2.	Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игровые упражнения: «Футбол вдвоем», «Ловкие ребята», «Передал –садись», «Мяч в кругу».
3.	Закреплять технику ведения мяча то правой, то левой ногой, произвольного ведения мяча в эстафетах. Учить выполнять финты (уход от соперника) Индивидуальные игры с мячом: отработка ведения мяча известными детям способами, удары о стену.

Февраль

№ п/п	Цель занятия
1.	Учить игре в футбол по упрощённым правилам. Совершенствовать в игре технику: ведение мяча известными детям способами, финтов, отбора мяча у соперника. Развивать быстроту, ловкость, выносливость, скоростно-силовые качества. Подвижная игра «Горячая картошка», «Лови, бросай – смотри не потеряй».
2.	Продолжать учить игре в футбол по упрощённым правилам. Закреплять в игре элементы вратарской техники: ловлю низколетящего мяча, приём катящегося мяча, удары по мячу вратарём – пробежав несколько шагов, подбросить мяч невысоко вверх – вперёд и нанести по нему удар подъёмом ноги. Совершенствовать в игре технику: ведения мяча известными детям способами, финтов, отбора мяча у соперника.
3.	Продолжать учить игре в футбол по упрощённым правилам по 3 игрока в команде. Совершенствовать технику работы с мячом.
4.	Продолжать учить игре в футбол по упрощённым правилам по 4 игрока в команде. Продолжать закреплять технику ведения мяча между предметами поочередно правой и левой ногой; технику точного удара с

	места (с разбега) мячом по предмету с расстояния 3м. Совершенствовать технику работы с мячом. Игровые упражнения: «Будь ловким», «Забей в ворота», «Змейка».
--	--

Март

№ п/п	Цель занятия
1.	Продолжать учить игре в футбол по упрощённым правилам по 3 игрока в команде. Продолжать закреплять технику выполнения передачи мяча от игрока к игроку в ходьбе. Совершенствовать технику выполнения точного удара (с места) мячом по предмету с расстояния 3м ; технику владения мячом – удар по мячу «щёчкой» (внутренней стороной стопы). Подвижная игра: «У кого меньше мячей».
2.	Продолжать учить игре в футбол по упрощённым правилам. Совершенствовать в игре технику: ведения мяча известными способами, финтов, отбора мяча у соперника. Подвижная игра: « У кого меньше мячей», «Мы веселые ребята».
3.	Продолжать учить игре в футбол по упрощённым правилам. Продолжать закреплять технику выполнения передачи мяча в беге от игрока к игроку, расстояние между игроками 2,5м. Совершенствовать технику выполнения точного удара с разбега мячом по предмету с расстояния 3м; технику владения мячом.
4.	Совершенствовать технику выполнения передачи мяча в беге от игрока к игроку, расстояние между игроками до 3м. Совершенствовать технику выполнения остановки мяча во время передачи его друг другу. Совершенствовать навык выполнения удара по мячу с места определённой силы; навык выполнения удара с разбега по предмету.

Апрель

№ п/п	Цель занятия
1.	Продолжать учить технике выполнения отбора мяча, выполняя действия в паре. Продолжать учить технике владения мячом в эстафетах. Совершенствовать элементы вратарской техники (ловля и броски мяча руками).
2.	Продолжать закреплять умение попадать мячом в движущуюся цель. Совершенствовать технику выполнения отбора мяча, выполняя действия в паре. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, меткость, силу, выносливость.
3.	Продолжать учить технике выполнения передачи мяча друг другу (втроём). Совершенствовать умение попадать мячом в движущуюся цель.
4.	Продолжать учить игре в футбол по упрощённым правилам (в команде по 4-5 игроков). Турнир по упрощенной игре.

Май

№	Цель занятия
---	--------------

п/п	
1.	Продолжать учить игре в футбол по упрощённым правилам. Продолжать совершенствовать технику ведения мяча ногой «змейкой» между предметами. Продолжать совершенствовать технику отбивания мяча в движении.
2.	Продолжать учить игре в футбол по упрощённым правилам. Совершенствовать технику отбивания мяча в движении. Продолжать развивать скоростно-силовые качества в эстафетных и игровых заданиях.
3.	Продолжать учить игре в футбол по упрощённым правилам. Совершенствовать технические футбольные навыки посредством игр, игровых упражнений.
4.	Продолжать учить игре в футбол по упрощённым правилам. Совершенствовать технические футбольные навыки посредством игр, игровых упражнений. Развивать физические качества.

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.

План мероприятий по направлению программы «Футбол с детства»

МДОУ «Детский сад №2 р. п. Семибратово» 2016- 17 год

Месяц	Мероприятия	Совместная деятельность	Результаты
Сентябрь - октябрь	Диагностика по уровню овладения детьми двигательных действий с мячом.	Тестовые упражнения	Уровень физической подготовленности детей старших и подготовительных групп в рамках программы.
ноябрь	Организация деятельности воспитателей, детей и родителей в рамках программы «Футбол с детства».		Подготовка к проведению совместных мероприятий с детьми, родителями старших и подготовительных групп по теме.
декабрь	Знакомство с историей мяча (презентация) с детьми старших групп. Комплексные занятия с набором упражнений для развития физических качеств, необходимых для успешной игры в футбол с детьми подготовительных групп.	<u>Беседы с детьми:</u> «Как я играю с мячом», «Мои любимые игры». <u>Проблемная ситуация:</u> «Если б не было мяча». Подвижные спортивные игры с использованием мяча.	Подготовка и проведение совместных мероприятий с детьми старшего возраста по теме. Совершенствование техники владения мячом.
январь	Физкультурно - спортивная деятельность в рамках программы,	Знакомство с разновидностями мячей.	Подготовка и проведение совместных мероприятий с

	сбор и систематизация информации.	Создание коллекций фотографий, рисунков, иллюстраций мячей.	детьми и родителями старшего возраста.
февраль	Творческая работа педагогов, детей и родителей: подготовка информации о разных видах спорта; викторины о спорте; рассказы о выдающихся спортсменах; рисунки и стихотворения о спорте.	<u>Выставка рисунков:</u> «Игра в футбол»	Проведение совместных мероприятий с детьми и родителями по теме. Сравнительный этап физической подготовленности детей подготовительных групп
март	Физкультурные занятия с элементами футбола. Участие воспитанников старших групп в различных спортивных мероприятиях детского сада.	<u>Физкультурное мероприятие:</u> «Мы ребята лучше всех, нас в футболе ждет успех»	Развитие скоростно - силовых качеств в эстафетах и игровых заданиях.
апрель	Подбор и подготовка информации о разных видах спорта: буклеты, информационные листы, брошюры.	Обсуждение рассказов детей из личного опыта о занятиях спортом.	Подготовка и проведение совместных мероприятий с детьми старшего возраста.
май	Экскурсия на стадион. Мстер – класс для воспитанников от футболистов команды п.	Обучение в игровой форме, ловле мяча и точности бросания его в заданном направлении – развивать быстроту реакции, внимательность.	Проведение совместных мероприятий с детьми и игроками футбольной команды.

	Семибратово.		Совершенствование техники владения мячом.
июнь	<p>Физкультурные занятия с элементами футбола на свежем воздухе.</p> <p>Самый спортивный коллектив.</p>	<p>Проведение футбольного матча среди воспитанников, педагогов и родителей.</p> <p>Публикации на сайте детского сада о проведенных мероприятиях</p>	<p>Презентация материалов в рамках программы «Футбол с детства».</p> <p>Фотовыставка.</p>

Комплекс упражнений с футбольным мячом

Упражнение 1.

И.п. – О.с., мяч в руках внизу (рис. 1). 1 – мяч к груди; 2 – поднять мяч вверх, потянуться – вдох; 3 – мяч к груди; 4 – И.п. – выдох. Выпрямляя руки вверх, смотреть на мяч. В дальнейшем упражнение можно выполнять с поворотом туловища поочередно влево и вправо.

Упражнение 2.

И.п. – «Переложить мяч» (рис. 2). И.п. – ноги врозь, мяч на полу сбоку (слева или справа). 1 – наклон вперед вправо (влево), взять мяч; 2 – выпрямиться, мяч в руках; 3 – наклон влево (вправо), положить мяч на пол - выдох; 4 – в И.п., вдох. Наклон выполнять с предварительным повтором туловища, колени не сгибать, пятки от пола не отрывать.

Упражнение 3.

И.п. – упор на коленях, грудью касаться мяча (рис. 3). 1–2 – потянуться вверх, мяч над головой, прогнуться, голову назад – вдох; 3–4 – И.п. – выдох.

Упражнение 4.

И.п. – сидя на полу, мяч зажат между стопами (рис. 4). 1–2 сгибая колени, прижать мяч ближе к ягодицам; 3–4 – вернуться в И.п. Упражнение выполняется только за счет движения ног, туловище остается прямым, руки в упоре не сгибать. Дыхание произвольное.

Упражнение 5.

И.п. – ноги врозь, мяч в руках внизу. 1 – подбросить мяч вверх; 2 – И.п. (рис. 5). Бросок выполнять строго вертикально вверх. Для этого необходимо, подбрасывая мяч, выпускать его из рук в верхней точке (как бы тянуться за ним). Ловить мяч надо также сверху, смягчая прием быстрым движением рук вниз. Дыхание произвольное.

Упражнение 6.

И.п. – лежа на груди, мяч перед собой на полу. 1–2 – сгибая руки, отвести мяч за голову, поднимая плечи, прогнуться – выдох; 3–4 – И.п. – вдох. Поднимая голову и плечи, ноги от пола не отрывать.

Упражнение 7.

И.п. – руки на поясе, мяч на полу справа (слева). Прыжки на двух ногах, вокруг мяча (рис. 7). Прыжки выполнять мягко, на носках, сохраняя определенный темп. Прыгать по кругу левым боком к мячу, а затем правым поочередно, и в ту и другую сторону, лицом в одном направлении. Дыхание произвольное.

Упражнение 8.

Ходьба на месте. Восстановить дыхание.

Конспект тренировочного занятия с элементами футбола: «Юный футболист»



Цель: Обогащение двигательного опыта детей по средствам обучения элементам игры в футбол, развитие физических качеств через выполнение упражнений спортивной игры.

Задачи:

1. Образовательные:

- продолжать знакомить детей с техникой владения мячом;
- познакомить детей с качествами характера, необходимыми спортсменам футболистам.

2. Развивающие:

- закреплять технику выполнения передачи мяча от игрока к игроку (расстояние между партнерами- 2- 2.5 м);
- учить технике выполнения удара с места по неподвижному мячу с расстояния 3- 4 м с постепенным увеличением силы удара;
- совершенствовать технику владения мячом - удар по воротам внутренней стороной стопы - «щеткой», серединой подъема;
- развивать физические качества: ловкость, быстроту, силу, выносливость, меткость;

3. Воспитательные:

- воспитывать интерес к спортивным играм с мячом, желание вести здоровый образ жизни.

Оборудование:

мячи футбольные № 3- по количеству детей;
ворота- 2 шт.,
фишки,
свисток,
аудиозаписи
эмблемы по количеству детей.

Место проведения: спортивный зал

Ход

Дети в спортивной форме проходят в зал, встречает инструктор.

Инструктор:

Здравствуйте ребята! Сегодня в наш садик передали письмо.

Инструктор читает письмо:

«Здравствуйте, дорогие ребята. Пишут вам игроки футбольной команды «Металлист» п. Семибратово. Мы узнали, что вы учитесь играть в футбол и очень обрадовались этому. Ведь футбол – это очень красивая игра, для честных и выносливых людей. Примите от нас в подарок футбольные мячи. Удачи и спортивных побед!»

Инструктор:

- А вы знаете, дети, что прежде, чем начать игру в футбол все игроки учатся технике передачи, удару, передвижению, ведению мяча, т.е. делают специальные упражнения?

И сегодня у нас тренировка, вы юные футболисты, а я буду вашим тренером. Звучат футбольные фанфары, дети берут футбольные мячи, друг за другом выбегают на построение, строятся в шеренгу, (выполняются несколько команд инструктора).

Содержание	Указания к выполнению	Дозировка
Вводная часть		
<u>Ходьба:</u> - на носках, на пятках; - в полуприсяде; <u>Бег:</u> - друг за другом в постепенно возрастающем темпе в чередовании с ходьбой ; - по диагонали с захлестом голени назад; - по диагонали, выполняя по 2 приставных шага вправо-влево. <u>Дыхательные упражнения</u>	В колонне по одному с мячом в руках. Руки вверх, за голову, вперед. Не наталкиваться, соблюдать дистанцию. Контролировать дыхание	2- 2,5 мин 3 мин 10-20 сек.

Инструктор:

А сейчас мы выполним несколько упражнений с мячом и разогреем мышцы всего тела.

Основная часть		
<u>ОРУ с мячом.</u> 1. И. п.- стоя на коленях, мяч в прямых руках внизу . 1- 2 – сесть на пятки, мяч впереди- вверх; 3- 4- вернуться в и. п. 2. И. п.- тоже 1- 2- садясь на пятки и поворачивая туловище вправо, опустить мяч и коснуться им пола у правого носка.	Туловище держать прямо	4- 6 раз По 4- 6 раз под

<p>Вернуться в и. п. 2- 4- то же в другую сторону.</p> <p>3. И. п.- сесть на пол, ноги вместе, мяч в руке справа. 1- 2- поднимая правую ногу, передать мяч под ней в левую руку; 3- 4- вернуться в и. п., мяч в левой руке; 4- 8- тоже другой ногой.</p> <p>4. И. п. – сесть, мяч зажать между стопами, руки в упоре сзади. 1- 2- поднять ноги с мячом; 3- 4- опустить.</p> <p>5. И. п.- стоя, левая нога вперед, правая сзади, мяч у плеча на согнутой правой руке (левой придерживать мяч). 1- толчок от плеча правой рукой, придерживая мяч левой и не выпуская его из рук; 2- толчок от плеча левой рукой, придерживая мяч правой.</p> <p>6. Прыжки вокруг мяча, лежащего на полу, из и. п. – сидя на корточках, руки на коленях.</p> <p>7. Дыхательные упражнения.</p> <p>Упражнения в футбольной технике:</p> <p>1. «Прокати»- передача мяча в паре, один из</p>	<p>Ноги в коленях не сгибать</p> <p>Поднимая мяч вверх, туловище назад не наклонять</p> <p>Показ и объяснение взрослого</p>	<p>каждой ногой</p> <p>6 раз</p> <p>По 10 прыжков в правую и левую стороны.</p> <p>2-3 мин.</p>
---	---	---

<p>игроков катит мяч рукой, - другой останавливает мяч подошвой ноги, и посылает обратно рукой. Расстояние между партнерами 2-2,5 м.</p>		<p>2 мин.</p>
<p>2. Ведение мяча попеременно то правой, то левой ногой. Выполняя упражнение, колонны должны поменяться местами.</p>	<p>Дети построены в 2 колонны, стоящие напротив друг друга</p>	<p>2 мин.</p>
<p>3. Удар по неподвижному мячу серединой подъема (внешней стороной стопы, серединой подъема).</p>	<p>Педагог показывает, а дети копируют его движения.</p>	<p>До 5- 6 ударов каждого вида.</p>
<p>4. « Забей в ворота гол» Удары по воротам с разбега внутренней стороной стопы «щечкой», внешней стороной стопы.</p>	<p>Показ и объяснение взрослого. Дети построены в 2 колонны. Виды ударов дети выполняют по сигналу тренера.</p>	
<p>Подвижная игра: « Во встречных колоннах » Расстояние между колоннами 3- 4 м. по сигналу стоящий впереди игрок одной из колонн двумя руками (мяч от груди) передает мяч первому игроку противоположной колонны, а сам встает в конец своей колонны. Игрок, принимающий мяч, вновь направляет его в противоположную колонну, а сам встает в конец своей колонны, и т.д. Игра заканчивается, когда одна из команд первой займет</p>	<p>Игроки каждой команды образуют 2 встречные колонны</p>	<p>До 3 раз.</p>

первоначальное положение.		
Заключительная часть		
Упражнение: « Вертись, мячик» И .п.- стоя, руки на поясе, одна нога стоит на полу, другая - на мяче. Прокатывать подошвой мяч вперед- назад, вправо- влево.	Упражнение выполнить правой и левой ногой.	1 мин.

Звучат фанфары, дети убирают мячи, строятся.

Инструктор:

Наша тренировка подошло к концу. Славно мы сегодня потренировались. Мне кажется, что каждый из вас проявил качества спортсмена - футболиста. Я за вас очень рада.

Дети произносят девиз: «Мы ребята лучше всех, впереди нас ждет успех!»

Инструктор:

На память о сегодняшней тренировке я хочу вам подарить вот эти эмблемы. Занятие закончилось. В группу шагом марш!

Конспект по теме «Футбол» в подготовительной группе.

Задачи: закрепить правила игры; продолжить разучивание тактики защиты и нападения в футболе; совершенствовать технику владения мячом во взаимодействии с другими игроками; учить ориентироваться на игровом пространстве; формировать потребность и желание играть в футбол.

Длительность: 30 мин.

Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
<i>Вводная часть:</i>		
1. «У ребят порядок строгий».	3 раза	Играющие строятся в 3-4 колонны. По сигналу расходятся по площадке в любом направлении, со словами «У ребят порядок строгий. Знают все свои места. Ну, трубите веселее – тра-та-та, тра-та-та!». По сигналу дети быстро строятся в колонны. Дети должны идти ритмично, слова произносить четко, строиться быстро, нетолкаясь.
2. «Дружные ребята» (гуськом).	2-3 раза	Дети делятся на 2 команды, рассчитываясь на первый-второй. Встают гуськом, крепко держась за пояс друг друга. По сигналу идут до ориентира, назад – бегом. Чья команда быстрее.
<i>Основная часть:</i>		
1. «Борьба за мяч» (один ведет, другой вступает в борьбу).	По 3 раза	Дети делятся на пары. По сигналу начинают борьбу за мяч. Если ребенок изначально отобрал мяч, завладел им раньше, не дойдя до противоположной стороны площадки, дети продолжают игру, поменявшись ролями.
2. «Забей в ворота».	По 5 раз	Дети делятся на 2 команды («Нападающие» и «Защитники»). Нападающие по очереди забивают мячи. Защитники стараются поймать, отбить мячи, возвращают их обратно нападающим. Затем дети меняются местами, меняется и название команд. Выигрывает команда, забившая больше мячей.
3. «Футбол» (по командам).	2 раза по 4-5 мин с перерывом	Команды придумывают название, выбирают капитана. Игра по упрощенным правилам. После перерыва – смена сторон.
<i>Заключительная часть:</i>		
«Отбей мячи» (игра парами).	По 3 раза	Дети делятся на пары, затем объединяются в группы, после чего расходятся в противоположные стороны к воротам. Нападающие поочередно наносят удары по воротам. Защитники обороняют ворота, стремясь не пропустить мяч.