

муниципальный округ Первоуральск  
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 5»  
(МАДОУ «ДС № 5»)

---

623100, Свердловская область г. Первоуральск, бульвар Юности, 26.  
тел 8(3439)22-12-25 os.detstwa@yandex.ru

Принято  
Решением педагогического совета  
Протокол от 29 августа 2025 г. № 1

Утверждено приказом  
директора МАДОУ «ДС № 5»  
от 23 сентября 2025 года № 178/2.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА – ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА  
«ЮНЫЙ ФУТБОЛИСТ»**

**Физкультурно-спортивной направленности  
срок реализации 3 года**

**Первоуральск  
2025**

**Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа для детей дошкольного возраста «Юный футболист» – г.Первоуральск. – 2025 г.**

**Составитель:** О.Б. Алборова, Футбольная школа «Юниор»

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа для детей дошкольного возраста «Юный футболист» направлена на обучение детей дошкольного возраста элементам футбола. Благодаря занятиям футболом у детей укрепляются основные физиологические системы организма (нервная, сердечно - сосудистая, дыхательная, опорно - двигательная), обогащается двигательный опыт, развиваются физические качества (быстрота, сила, ловкость, выносливость, координация движений), ориентировка в пространстве, формируются уверенность в своих силах, дисциплинированность и самостоятельность, дружеские взаимоотношения, чувство команды.

Особенностью данной программы является ее практическая направленность, связанная с обучением детей дошкольного возраста (3-7 лет) постепенному усвоению технических приемов игры в футбол путем усложнения условий их выполнения, наличие игровых методов и приемов обучения, использование метода круговой тренировки.

## Оглавление

Пояснительная записка.....	4
<i>Актуальность Программы</i> .....	4
<i>Нормативно-правовое обеспечение Программы</i> .....	6
<i>Цель и задачи Программы</i> .....	6
Учебный план.....	8
Содержание учебного плана .....	10
<i>Особенности развития детей дошкольного возраста</i> .....	12
<i>Организация работы по реализации Программы</i> .....	13
<i>Методы, используемые при организации занятий с детьми</i> .....	13
<i>Содержание работы</i> .....	14
Условия реализации Программы.....	127
<i>Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год</i> .....	127
<i>Расписание занятий на 2025-2026 учебный год</i> .....	127
<i>Материально-техническое обеспечение Программы</i> .....	128
<i>Информационно-методические условия</i> .....	128
<i>Оценочные материалы</i> .....	128
Список литературы .....	133

## **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный футболист» (далее программа) имеет физкультурно-спортивную и разработана для детей 3-7 лет. Программа направлена на привлечение детей дошкольного возраста к занятиям доступным и популярным видом спорта - футболом. Программа направлена на овладение юными спортсменами первоначальными навыками игры в футбол. По окончании программы, воспитанники имеют возможность продолжать заниматься футболом на более углубленном уровне с большей нагрузкой.

**Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации - русском.**

### ***Актуальность Программы***

Состоит в том, что в процессе реализации проводится работа по нескольким направлениям развития ребенка:

- физическая подготовка: развитие физических качеств и функциональных возможностей организма, двигательной компетентности (владение своим телом и различными видами движений на уровне, соответствующем возрастным возможностям и индивидуальным особенностям ребенка),
- техническая подготовка: освоение разнообразных технических приемов игры в футбол (ведение и остановка мяча, удары по мячу ногами, финты без мяча и с мячом) в виде отдельных элементов и их сочетаний,
- социализация: усвоение культурных норм и социального опыта через ознакомление с правилами игры, саморазвитие - собственные «открытия» и появление «эвристического» опыта в процессе обучения и решения проблемных игровых ситуаций,
- психологическая подготовка: воспитание нравственных, волевых и других психических качеств (восприятие, внимание, наблюдательность, память, тактическое мышление и др.), которые свойственны специфике спортивной игры.

Отличительной особенностью программы являются - обучение детей дошкольного возраста (3-7 лет) постепенному усвоению технических приемов игры в футбол путем усложнения условий их выполнения, наличие игровых методов и приемов обучения, использование метода круговой тренировки.

**Направленность Программы:** физическая

**Целевая группа:** дети дошкольного возраста (3-7(8) лет)

**Общий объем Программы:** 216 академических часа

**Режим занятий:** 2 раза в неделю с сентября по май в физкультурном зале (теплый период – на спортивной площадке). Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

**Срок освоения Программы:** 3 года

**Форма обучения:** очная

**Перечень видов занятий:** подгрупповые практические занятия

**Формы подведения итогов:** мониторинг физической деятельности детей, результаты заносятся в диагностические карты.

## Особенности организации образовательного процесса

**Оценка степени физической нагрузки у детей:** в процессе занятий по футболу необходимо постоянно осуществлять контроль самочувствия детей, оценивать их реакцию на физическую нагрузку. В этих целях рекомендуется использовать оценку степени нагрузки для детей дошкольного возраста по методике В.И. Усакова. При появлении внешних признаков самочувствия ребенка, указывающих на среднюю или повышенную степень нагрузки, необходимо постепенно снижать физическую нагрузку на организм ребенка путем уменьшения количества упражнений, кратности их повторений, темпа выполнения движений до нормализации самочувствия (степень нагрузки «достаточная»).

Степень нагрузки	Внешние признаки самочувствия ребенка
Достаточная	Радостное возбуждение. Незначительное покраснение лица и потоотделение. Дыхание ровное. Движения точные и координированные. Желание выполнять физические упражнения.
Средняя	Возбуждение сменяется сосредоточенностью. Увеличение покраснения лица. Дыхание учащенное. Изменение ритма выполнения движений. Ухудшение зрительной реакции и внимания.
Завышенная	Обильное потоотделение. Значительное учащение дыхания. Снижение темпа и ритма движений. Частые остановки для отдыха. Жалобы, нежелание выполнять упражнения.

**Структура занятия состоит из трех частей:**

**Вводная часть:** разминка, основные виды движений (различные виды ходьба, бега, прыжков).

**Основная часть:** общеразвивающие упражнения, упражнения на овладение действиями с мячом, подвижная игра.

**Заключительная часть:** основные виды движений (различные виды ходьба, бега) в медленном темпе, подвижная игра или игровое упражнение малой подвижности. При подведении итогов занятия педагогом отмечается положительная динамика в освоении всеми детьми и каждым ребенком в отдельности определенных технических приемов, проявления ими волевых и двигательных качеств, а также перспектива на будущее.

**Способы организации детей для выполнения основных движений:**

**Фронтальный способ** организации занятий обеспечивает детям одновременное выполнение двигательных действий, достаточную повторяемость, что способствует быстрому образованию временных связей, достижению высокой активности детей и необходимой физической нагрузки. Этот способ может применяться во всех частях физкультурного занятия.

**Групповой способ** подразумевает разделение детей на группы. При этом каждая группа выполняет определенное движение. Через некоторое время группы меняются местами, что повышает интерес детей к занятиям. Данный способ предоставляет возможность для более детального освоения детьми элементов мини-футбола.

**Поточный способ** дает возможность решать задачи закрепления и совершенствования элементов мини-футбола. Он предусматривает выполнение движений детьми друг за другом, перехода от одних к другим. В таких случаях одни занимающиеся, завершив выполнение определенного элемента, переходят к выполнению следующего, другие же только начинают выполнять первое и т.д. Обеспечивая непрерывность занятий, данный способ способствует формированию у занимающихся гибкости навыка, умения переходить сразу от одних к выполнению других двигательных действий, а также развитию способности сочетать движения.

**Индивидуальный способ** предусматривает выполнение детьми конкретного движения в порядке очередности, что предоставляет педагогу возможность проконтролировать его выполнение каждым занимающимся, делая индивидуальные замечания и указания. В занятиях с детьми старшего возраста возможно и сочетание упомянутых способов.

### ***Нормативно-правовое обеспечение Программы***

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 22.02.2022 № 195-Д «О проведении независимой оценки качества (общественной экспертизы) дополнительных общеразвивающих программ»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
- Устав Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №5

### ***Цель и задачи Программы***

**Цель программы:** обучение навыкам игры в футбол и развитие активных двигательных способностей и психических качеств детей дошкольного возраста.

**Задачи программы «Обучение игре в футбол»:**

1. Формировать элементарные представление о правилах игры в мини-футбол.
2. Развивать простейшие тактико-технические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка, учить выполнять их во взаимодействии с другими игроками.
3. Способствовать развитию физических качеств: ловкости, быстроты, координации, точность движений, глазомер, выносливости.
4. Воспитывать морально - волевые качества: смелость, самостоятельность, активность, организованность; навыки коллективного взаимодействия, дружеские взаимоотношения.
5. Воспитывать интерес к действиям с мячом, желание участвовать в совместной игре, радость от общих побед.

## Планируемые результаты

### *дети первого года обучения (3-5 лет)*

#### **МОДУЛЬ 1**

Владеет техническими приемами:  
удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу,  
остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы

#### **МОДУЛЬ 2**

Владеет техническими приемами:  
удар по неподвижно лежащему мячу с одного шага разбега,  
удар по катящемуся мячу внутренней стороной стопы

#### **МОДУЛЬ 3**

Владеет техническими приемами:  
передача мяча внутренней стороной стопы в одно касание,  
ведение мяча внутренней стороной стопы

### *дети второго года обучения (5-6 лет)*

#### **МОДУЛЬ 1**

Владеет техническими приемами:  
удар по мячу внутренней частью подъема с места,  
ведение мяча внутренней частью подъема,  
- сочетание ведения мяча внутренней стороной стопы с ведением мяча внутренней частью подъема

#### **МОДУЛЬ 2**

Владеет техническими приемами:  
ведение мяча подошвой,  
удар по мячу внутренней частью подъема с разбега,

#### **МОДУЛЬ 3**

Владеет техническими приемами:  
передача мяча с остановкой в одно касание внутренней стороной стопы / внутренней частью подъема,  
ведение мяча разными способами (внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема, подошвой) с последующим ударом в цель

### *дети третьего года обучения (6-7 лет)*

#### **МОДУЛЬ 1**

Владеет техническими приемами: остановка катящегося мяча подошвой удар по мячу серединой подъема остановка опускающегося мяча

подошвой

ведение мяча разными способами, обводя препятствия

## МОДУЛЬ 2

Владеет техническими приемами:

передача мяча внутренней стороной стопы в два и одно касание остановка низколетящего мяча внутренней стороной стопы  
ведение мяча разными способами с передачей мяча партнеру

### Методологические подходы к формированию Программы:

- Словесный метод - объяснение терминов, новых понятий.
  - Наглядный метод - показ педагогом правильного выполнения упражнений, демонстрация фото и видео материалов.
  - Практический метод - выполнение обучающимися практических заданий и упражнений.
  - Игровой метод - активизирующие внимание, улучшающие эмоциональное состояние обучающихся
- Занятия с мячом строятся аналогично занятиям общеразвивающего типа, т.е. состоит из трёх частей.

#### Методы и приемы, помогающие осуществлять индивидуальный подход:

- дифференциация заданий, дозировка заданий, ограничение зоны действия, мобильные объединения детей при выполнении заданий.

#### Обучение двигательным действиям (техническим приемам игры):

современный футбол предъявляет к технической подготовке игроков высокие требования. Недостаточно прочно усвоенные игровые приемы на этапе начального обучения отрицательно влияют на дальнейшую подготовку юного футболиста. В основе эффективной техники лежит хорошая внутримышечная и межмышечная координация. Такая координация развивается и совершенствуется при многократном повторении одного и того же технического приема вначале в стандартных, а потом и в самых разнообразных условиях.

В соответствии с закономерностью освоения технических приемов, обучение отдельным элементам техники, а в дальнейшем - их связке (комбинации), требует большого количества повторений при малой интенсивности выполняемой работы. Поэтому при обучении детей дошкольного возраста техническим приемам игры в футбол используется достаточно большое количество повторений двигательных действий и их вариантность, что позволяет формировать устойчивые двигательные навыки.

### Учебный план

#### Первый год обучения (4-5 лет)

Месяц	№ п/п	Виды, формы деятельности	Количество часов
<b>Модуль 1</b>			
сентябрь – 1 неделя декабря	1.	техника удара внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу техника остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы	12

	2.	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>1</b>
<b>Модуль 2</b>			
2 неделя декабря - 1 неделя февраля	3.	техника удара по неподвижно лежащему мячу с одного шага разбега техника удара по катящемуся мячу внутренней стороной стопы	7
	4.	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>1</b>
<b>Модуль 3</b>			
2 неделя февраля - май	5.	техника передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание техника ведения мяча внутренней стороной стопы	14
	6.	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>1</b>
Итого:			
Длительность одного занятия			
Количество занятий в неделю / объем учебной нагрузки (мин.)			
Количество занятий в месяц / объем учебной нагрузки (мин.)			
Количество занятий в учебном году / объем учебной нагрузки (час, мин.)			

### **Второй год обучения (5-6 лет)**

Месяц	№ п/п	Виды, формы деятельности	Количество часов
<b>Модуль 1</b>			
сентябрь - 1 неделя января	1.	техника удара по мячу внутренней частью подъема с места техника ведения мяча внутренней частью подъема сочетание ведения мяча внутренней стороной стопы с ведением мяча внутренней частью подъема	16
	2.	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>1</b>
<b>Модуль 2</b>			
2 неделя января - 2 неделя марта	3.	техника ведения мяча подошвой техника удара по мячу внутренней частью подъема с разбега	8
	4.	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>1</b>
<b>Модуль 3</b>			
Апрель - май	5.	- передача мяча с остановкой в одно касание внутренней стороной стопы / внутренней частью подъема -ведение мяча разными способами (внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема, подошвой) с последующим ударом в цель	9
	6.	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>1</b>
Итого:			

Длительность одного занятия	25 мин.
Количество занятий в неделю / объем учебной нагрузки (мин.)	1 / 25 мин.
Количество занятий в месяц / объем учебной нагрузки (мин.)	4 / 100 мин.
Количество занятий в учебном году / объем учебной нагрузки (час, мин.)	36/ мин.

### Третий год обучения (6-7 лет)

Месяц	№ п/п	Виды, формы деятельности	Количество часов
<b>Модуль 1</b>			
сентябрь - 1 неделя января	1.	техника остановки катящегося мяча подошвой техника удара по мячу серединой подъема техника остановки опускающегося мяча подошвой техника ведения мяча разными способами, обводя препятствия	16
	2.	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>1</b>
<b>Модуль 2</b>			
Февраль - май	3.	техника передачи мяча внутренней стороной стопы в два и одно касание техника остановки низколетящего мяча внутренней стороной стопы техника ведения мяча разными способами с передачей мяча партнеру	18
	4.	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>1</b>
Итого:			
Длительность одного занятия			
Количество занятий в неделю / объем учебной нагрузки (мин.)			
Количество занятий в месяц / объем учебной нагрузки (мин.)			
Количество занятий в учебном году / объем учебной нагрузки (час, мин.)			

### **Содержание учебного плана**

Организация образовательного процесса регламентируется календарным графиком и расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются образовательным учреждением.

- Программа составлена для детей 3-7 лет, её реализация предполагает 3 года обучения.
- год обучения - средняя группа (3-5 лет)
- год обучения - старшая группа (5-6 лет)
- год обучения - подготовительная группа (6-7 лет)

Программа предусматривает два занятия в неделю, 72 занятия в год, за три года обучения 216 занятий.

Максимальная недельная образовательная нагрузка не превышает допустимого объема, установленного СанПиН 1.2.3685-21 и составляет 40 минут. В середине занятия предусматриваются физкультминутки и подвижные игры.

Формы проведения занятий подбираются с учётом цели и задач, познавательных интересов и индивидуальных возможностей обучающихся, специфики содержания образовательной программы и возраста воспитанников.

Занятия проводятся в группе не более 10 человек, что позволяет продуктивно вести как групповую, так и индивидуальную работу с детьми.

Форма обучения - очная. Форма организации обучения - подгрупповая.

#### **Режим занятий.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю в физкультурном зале (теплый период – на спортивной площадке). Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Занятия проводятся в соответствии со следующей структурой:

**Вводная часть:** разминка, основные виды движений (различные виды ходьба, бега, прыжков).

**Основная часть:** общеразвивающие упражнения, упражнения на овладение действиями с мячом, подвижная игра.

**Заключительная часть:** основные виды движений (различные виды ходьба, бега) в медленном темпе, подвижная игра или игровое упражнение малой подвижности. При подведении итогов занятия педагогом отмечается положительная динамика в освоении всеми детьми и каждым ребенком в отдельности определенных технических приемов, проявления ими волевых и двигательных качеств, а также перспектива на будущее.

#### **Способы организации детей для выполнения основных движений:**

**Фронтальный способ** организации занятий обеспечивает детям одновременное выполнение двигательных действий, достаточную повторяемость, что способствует быстрому образованию временных связей, достижению высокой активности детей и необходимой физической нагрузки. Этот способ может применяться во всех частях физкультурного занятия.

**Групповой способ** подразумевает разделение детей на группы. При этом каждая группа выполняет определенное движение. Через некоторое время группы меняются местами, что повышает интерес детей к занятиям. Данный способ предоставляет возможность для более детального освоения детьми элементов мини-футбола.

**Поточный способ** дает возможность решать задачи закрепления и совершенствования элементов мини-футбола. Он предусматривает выполнение движений детьми друг за другом, перехода от одних к другим. В таких случаях одни занимающиеся, завершив выполнение определенного элемента, переходят к выполнению следующего, другие же только начинают выполнять первое и т.д. Обеспечивая непрерывность занятий, данный способ способствует формированию у занимающихся гибкости навыка, умения переходить сразу от одних к выполнению других двигательных действий, а также развитию способности сочетать движения.

**Индивидуальный способ** предусматривает выполнение детьми конкретного движения в порядке очередности, что предоставляет педагогу возможность проконтролировать его выполнение каждым занимающимся, делая индивидуальные замечания и указания. В занятиях с детьми старшего возраста возможно и сочетание упомянутых способов.

## ***Особенности развития детей дошкольного возраста***

При реализации программы необходимо учитывать возрастные особенности дошкольников.

*Дети 3-4 лет:* основная особенность, которая проявляется в возрасте 3–4 года, связана с так называемым кризисом трех лет. В этот период ребенок стремится к самостоятельности, начинает во всем противоречить взрослым, очень четко отстаивать свои позиции. Причем касается это даже очень покладистых детей, которые раньше во всем слушались родителей. Для взрослых важно в это время не пытаться усмирить ребенка, а дать ему больше самостоятельности. Также в этот период у малыша появляется множество вопросов относительно окружающего его мира. Ребенок начинает интересоваться абсолютно всем, что происходит вокруг, задавать родителям кучу вопросов. Память детей в этот период образная, запоминаются в основном только яркие моменты, эмоционально окрашенные и связанные с какой-то деятельностью малыша. При этом эпизоды, в которых ребенок непосредственно участвовал, запоминаются ему на довольно длительное время. Внимание ребенка не концентрируется подолгу на одном предмете или человеке, а довольно рассеянным образом перемещается с одного на другое. Также в это время малыш начинает наблюдать, понимать и принимать некоторые правила общения с другими детьми.

Это возраст, когда ребенок довольно быстро всё схватывает и как губка начинает впитывать знания об окружающем мире. Дети начинают повторять абсолютно всё, что слышат в течение нескольких раз. В таком возрасте наилучшей формой обучения для детей является игровая, так как лучше всего дети запоминают и усваивают то, что как-то связано с их собственными действиями и эмоциями.

В такой период очень важно, чтобы ребенок ощущал заботу и поддержку не только родителей, но и педагога. Для успешного развития малыш должен доверять находящимся рядом с ним взрослым и быть привязанным к ним. Данное условие является обязательным для сотрудничества ребенка и взрослого, чтобы малыш под руководством своего родителя мог выполнять действия, учиться и развиваться.

*Двигательная сфера ребенка среднего дошкольного возраста (4-5 лет)* характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Совершенствуется ориентировка в пространстве. Возрастает объем памяти. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т.д.

Начинает развиваться образное мышление. Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм.

В *старшем дошкольном возрасте* закладываются основы будущей личности:

- формируется устойчивая структура мотивов;
- зарождаются новые социальные потребности (потребность в уважении и признании взрослого, желание выполнять важные для других, "взрослые" дела, быть "взрослым"; потребность в признании сверстников у старших дошкольников активно проявляется интерес к коллективным формам деятельности и в то же время – стремление в игре и других видах деятельности быть первым, лучшим;
- появляется потребность поступать в соответствии с установленными правилами и этическими нормами и т.д.);

- возникает новый (опосредованный) тип мотивации – основа произвольного поведения;
- ребенок усваивает определенную систему социальных ценностей; моральных норм и правил поведения в обществе, в некоторых ситуациях он уже может сдерживать свои непосредственные желания и поступать не так как хочется в данный момент, а так как "надо".

На седьмом году жизни ребенок начинает осознавать свое место среди других людей, у него формируется внутренняя социальная позиция и стремление к соответствующей его потребностям новой социальной роли. Ребенок начинает осознавать и обобщать свои переживания, формируются устойчивая самооценка и соответствующее ей отношение к успеху и неудаче в деятельности (одним свойственно стремление к успеху и высоким достижениям, а для других важнее всего избежать неудач и неприятных переживаний).

Ребенок старшего дошкольного возраста может использовать усвоенный способ действия в новых условиях, сравнить полученный результат с образцом, увидеть расхождения.

Ребенок может произвольно управлять своим поведением, а также процессами внимания и запоминания, эмоциональными реакциями. В любом виде деятельности может выйти за пределы сиюминутной ситуации, осознать временную перспективу, удерживать в сознании одновременно цепочку взаимосвязанных событий или разные состояния вещества или процесса. Ведущее значение приобретает развитие воображения.

## ***Организация работы по реализации Программы***

**Условия набора детей в группы:** принимаются дети от 3 до 7(8) лет исходя их собственных желаний и интересов. Максимальная наполняемость до 10 человек. С учетом индивидуального развития ребенка в группу могут быть включены дети и другого возраста. При наличии организационно-педагогических условий возможен добор детей в группы в течение учебного года, а также предусматривается возможность добра детей в учебную группу на место выбывших обучающихся.

### ***Методы, используемые при организации занятий с детьми***

- Словесный - объяснение терминов, новых понятий.
- Наглядный - показ педагогом правильного выполнения упражнений, демонстрация фото и видео материалов.
- Практический - выполнение обучающимися практических заданий и упражнений.
- Игровой - активизирующие внимание, улучшающие эмоциональное состояние обучающихся

Занятия с мячом строятся аналогично занятиям общеразвивающего типа, т.е. состоит из трёх частей.

**Методы и приемы**, помогающие осуществлять индивидуальный подход:

- дифференциация заданий, дозировка заданий, ограничение зоны действия, мобильные объединения детей при выполнении заданий.

Обучение двигательным действиям (техническим приемам игры):

современный футбол предъявляет к технической подготовке игроков высокие требования. Недостаточно прочно усвоенные игровые приемы на этапе начального обучения отрицательно влияют на дальнейшую подготовку юного футболиста. В основе эффективной техники лежит хорошая внутримышечная и межмышечная координация. Такая координация развивается и совершенствуется при многократном повторении одного и того же технического приема вначале в стандартных, а потом и в самых разнообразных условиях.

В соответствии с закономерностью освоения технических приемов, обучение отдельным элементам техники, а в дальнейшем - их связке (комбинации), требует большого количества повторений при малой интенсивности выполняемой работы. Поэтому при обучении детей дошкольного возраста техническим приемам игры в футбол используется достаточно большое количество повторений двигательных действий и их вариантность, что позволяет формировать устойчивые двигательные навыки.

## ***Содержание работы***

**Основы знаний.** Общие правила техники безопасности на занятиях, возникновение игры «футбол», основные правила игры в футбол (игра рукой, удар по ногам, разметка площадки, гол, ворота).

**Общая физическая подготовка.** Общеразвивающие упражнения: без предметов на месте, с мячами, в движении. Удары по мячу в стенку в максимальном темпе, ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения, кувырки вперёд, назад, боком с последующим рывком, подвижные и спортивные игры, эстафеты.

**Развитие силы.** Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы. Многоскоки через препятствия, спрыгивание с возвышенной опоры с последующим ускорением, прыжком в длину и в высоту, прыжки на обеих ногах с дополнительным отягощением (вперёд, назад, в приседе, с продвижением вперёд).

**Развитие выносливости.** Равномерный бег на средние и длинные дистанции, повторные ускорения с уменьшающимся интервалом отдыха, повторный бег на короткие дистанции с максимальной скоростью и уменьшающимся интервалом отдыха, гладкий бег в режиме непрерывно-интервального метода, передвижение на лыжах в режиме большой и умеренной интенсивности.

**Специальная подготовка.** Теоретические сведения о расположении игроков на поле, практические занятия о технике передвижений игрока без мяча (бег, прыжки, остановка, повороты).

## ***Тематическое планирование Программы***

### ***Календарно-тематическое планирование 1 года обучения (3-5 лет)***

<b>Планирование для детей 1 года обучения (3-5 лет)</b>				
<b>№ занятия</b>	<b>Задачи</b>	<b>Содержание</b>	<b>Организационно - методические указания</b>	<b>Материал</b>
1	1. Познакомить детей с правилами поведения на занятиях. 2. Познакомить с основными исходными положениями ног при выполнении общеразвивающих упражнений.	I. Вводная часть: Беседа о правилах поведения на занятиях. Построение в одну шеренгу. Ходьба друг за другом в спортивной манере по периметру площадки. По звуковому сигналу дети поднимают руки вверх и выполняют ладонями хлопок. II. Основная часть:	Дети строятся по специальному начертанной линии. Дистанция - 1 круг. Руки и кисти расслаблены, стопа приземляется последовательно: с пятки на носок.	Конусы - ориентиры

	3. Воспитывать внимание.	<p>Ознакомление с основными исходными положениями ног при выполнении общеразвивающих упражнений (комбинация ИП, повтор 4-5 раз):</p> <p>Основная стойка (о.с.) - ноги вместе, руки прижаты к туловищу.</p> <p>О.с. ноги врозь или на ширине плеч, или на ширине ступни, или шире плеч.</p> <p>О.с. ноги врозь - правая (или левая) нога впереди.</p> <p>О.с. ноги скрестно - левая нога впереди правой или наоборот.</p> <p>О.с. поставив ступню левой ноги впереди правой или наоборот.</p> <p>Основные движения:</p> <p>Ходьба на месте.</p> <p>Ходьба гуськом по периметру площадки.</p> <p>Подвижная игра «Лягушки-квакушки»</p>	<p>Обратить внимание на осанку детей.</p> <p>Обратить внимание на согласованное движение рук и ног. То же. Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
2	1. Закреплять умение выполнять исходные положения ног для общеразвивающих упражнений. 2. Развивать умение выполнять упражнения с мячом (брать, катать, поднимать, ставить, прокатывать ногой); ловкость при выполнении упражнений. 3. Воспитывать внимание.	<p>Т. Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Беседа о содержании занятия.</p> <p>Ходьба друг за другом в спортивной манере по периметру площадки. По звуковому сигналу дети выполняют ладонями хлопок перед собой.</p>	<p>Дети строятся по специально начертанной линии.</p> <p>Дистанция - 1 круг. Руки и кисти расслаблены, стопа приземляется последовательно: с пятки на носок.</p>	Футбольные мячи по количеству детей, кегли (для обозначения «коридора»), конусы (для обозначения «круга»).
		<p>ТТ. Основная часть:</p> <p>Общеразвивающие упражнения. Повторение основных исходных положений ног при выполнении общеразвивающих упражнений (см. занятия № 1-2).</p> <p>Основные движения - упражнения с мячом:</p> <p>взять мяч в руки, наклониться и поставить его у ног,</p>	<p>Дыхание произвольное.</p> <p>Обратить внимание на осанку детей.</p> <p>Повторить 4-5 раз.</p> <p>Повторить 3-4 раза.</p> <p>Повторить 4-5 раз.</p> <p>Повторить 5-6 раз каждой</p>	

		<p>покатить рукой мяч перед собой на 2-3 шага, догнать его и, взяв мяч в руки, вернуться на прежнее место,</p> <p>поднять мяч вверх на вытянутые руки, отпустить его и, после отскока от поверхности площадки, поймать двумя руками, поставить мяч перед собой, накрыть его подошвой и прокатить его вперед и назад.</p> <p>2. Упражнение на осанку:</p> <p>проверить правильность осанки, касаясь пятками, ягодицами, спиной и затылком стенки;</p> <p>ходьба по коридору шириной 1 м, сохраняя правильную осанку;</p> <p>ходьба на носках по кругу диаметром 5 - 6 м, сохраняя правильную осанку;</p> <p>то же, но ходьба на пятках.</p> <p>3. Подвижная игра «Жмурки».</p>	<p>ногой.</p> <p>Обратить внимание на запоминание этой позы.</p> <p>Дистанция - 10 м</p> <p>Дистанция - 10-15 м</p> <p>Дистанция 8-10 м</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Чередование медленного бега с ходьбой по периметру площадки.</p> <p>Ходьба в спокойном темпе с перекатом ноги с пятки на носок.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Обратить внимание на согласованное движение рук и ног. Дистанция - 1 круг.</p>	
3	<p>1. Формировать умение выполнять исходные положения рук для общеразвивающих упражнений.</p> <p>2. Развивать умение выполнять упражнения с мячом (бросок, ведение рукой, перекатывание внутренней стороной стопы); ловкость при выполнении упражнений.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Ходьба друг за другом, обходя расставленные препятствия (конусы) с переходом на бег.</p>	<p>Дистанция - 2 периметра зала.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы - ориентиры</p>
		<p>II. Основная часть:</p> <p>Общеразвивающие упражнения: Основные исходные положения рук при выполнении общеразвивающих упражнений (комбинация ИП, повтор 4-5 раз):</p> <p>Руки на пояс.</p> <p>Руки к плечам.</p> <p>Руки перед грудью.</p>	<p>Дыхание произвольное.</p> <p>Обратить внимание на осанку.</p> <p>Обратить внимание на положение рук при броске и ловле мяча. Повтор: 6-8 раз.</p> <p>Дистанция - 10 м</p> <p>Повтор: 8-10 раз. Повтор: 2-3</p>	

	3. Воспитывать настойчивость при выполнении упражнений.	<p>Руки за голову.</p> <p>Руки вперед.</p> <p>Руки вверх.</p> <p>Руки в стороны.</p> <p>Упражнения с мячом:</p> <p>в парах: партнеры встают в 2 м напротив друг друга и поочередно выполняют броски мяча от груди двумя руками, посыпая мяч партнеру на грудь, то же, но броски выполняются от головы на грудь партнеру,</p> <p>дети располагаются с мячами в руках за боковой линией площадки. По сигналу педагога они приземляют мяч, и, подталкивая его ладонью, продвигаются вперед шагом до поворотного пункта, а затем так же возвращаются назад,</p> <p>перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую.</p> <p>3. Подвижная игра «Лягушки-квакушки»</p>	раза.	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Чередование медленного бега с ходьбой по периметру площадки.</p> <p>Ходьба по прямой линии, держа руки в стороны, к плечам, сохраняя правильную осанку.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - длина зала.</p>	
4	<p>1. Закреплять умение выполнять исходные положения рук для общеразвивающих упражнений.</p> <p>2. Развивать умение выполнять упражнения с мячом (бросок, ведение рукой, перекатывание ногами); ловкость при выполнении упражнений. 3.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба друг за другом, обходя расставленные препятствия (кубики) с переходом на бег.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Общеразвивающие упражнения: Основные исходные положения рук при выполнении общеразвивающих упражнений (см. занятия № 5-6).</p> <p>2. Упражнения с мячом: - в парах: партнеры встают в 2 м напротив друг друга и поочередно выполняют броски мяча от груди двумя руками,</p>	<p>Дыхание произвольное.</p> <p>Обратить внимание на осанку. Обратить внимание на положение рук при броске и ловле мяча.</p> <p>Повтор: 6-8 раз.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, кубики</p>

	3. Воспитывать настойчивость при выполнении заданий.	III. Заключительная часть: 1. Чередование медленного бега с ходьбой по периметру площадки. 2. Ходьба по прямой линии, держа руки на поясе, на затылке, сохраняя правильную осанку. Подведение итогов занятия.	Дистанция - 1 круг. Дистанция - длина зала.	
5	1. Упражнять в выполнении действий с мячом (бросок, ведение рукой, перекатывание ногами). 2. Развивать координацию движений. 3. Воспитывать внимание, интерес к упражнениям с мячом.	I .Вводная часть: Построение в одну шеренгу. Ходьба друг за другом, обходя расставленные препятствия (кегли) с переходом на бег.  II. Основная часть: 1. Общеразвивающие упражнения: - сжимание в кулак и разжимание пальцев, вытянув руки вперед, махи прямыми руками вверх-вниз через стороны, - вращение головой вправо и влево, - вращение кистями вправо и влево, - наклоны туловища, касаясь руками пола. 2. Упражнения с мячом: - в парах: партнеры встают в 2 м напротив друг друга и поочередно выполняют броски мяча от груди двумя руками, посыпая мяч партнеру на грудь, - то же, но броски выполняются от головы на грудь партнеру, - дети располагаются с мячами в руках за боковой линией площадки. По сигналу педагога они приземляют мяч, и, подталкивая его ладонью, продвигаются вперед шагом до поворотного пункта, а затем так же возвращаются назад, то же, но ведение мяча рукой выполняется при ускоренном движении; перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую. 3. Подвижная игра «Жмурки».	Дистанция - 1 круг.  Дыхание произвольное. Повтор 4-5 раз  Повтор 4-5 раз Повтор 2-3 раза, движения плавные  Повтор 4-5 раз. Обратить внимание на положение рук при броске и ловле мяча.  Повтор: 8-10 раз.  Повтор: 4-5 раз.  Повтор: 8-10 раз. Дистанция - 10 м Повтор: 10-12 раз  Повтор: 2-3 раза	Футбольные мячи по количеству детей, кегли

		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Чередование медленного бега с ходьбой по периметру зала.</li> <li>2. Ходьба по прямой линии, с высоким подниманием бедра, на носках, сохраняя правильную осанку.</li> <li>3. Подведение итогов занятия.</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг. Дистанция - длина зала.</p>	
6	<p>1. Познакомить с техникой удара по мячу внутренней стороной стопы с места. 2. Развивать координацию движений, ловкость. 3. Поддерживать интерес и желание овладеть техническими приемами игры с мячом</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Ходьба друг за другом по периметру площадки, держа в ладонях теннисные мячи.</li> <li>3. Бег по кругу, держа в ладонях теннисные мячи. По сигналу бег врасыпную. Возвращение к бегу по кругу. Упражнение заканчивается ходьбой.</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <p>Общеразвивающие упражнения (см. занятия № 10-12).</p> <p>Основные движения - упражнения с мячом.</p> <p>Удар по мячу внутренней стороной стопы с места: - демонстрация данного приема педагогом, - имитация выполнения данного приема детьми, - то же, но перед началом замаха бьющей ноги вперед занимающиеся сгибают опорную ногу в коленном суставе,</p> <p>- дети выполняют легкий удар внутренней стороной стопы с места по набивному мячу.</p> <p>3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	<p>Дистанция - 35-40 м. Обратить внимание на соблюдение правильной осанки и согласованные движения рук и ног. Дистанция - 50 м. Обратить внимание на то, чтобы дыхание совпадало с ритмом движения.</p>	<p>Футбольные и теннисные мячи по количеству детей, набивные мячи по количеству детей, конусы - ориентиры.</p>
		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег в медленном темпе змейкой между конусами, расставленными по прямой линии через каждые 2 м.</li> <li>2. Ходьба в спокойном темпе по периметру площадки с фиксированным перекатом ноги с пятки</li> </ol>	<p>Дистанция - длина зала.</p>	<p>Дистанция - длина зала.</p>

		на носок. 3. Подведение итогов занятия		
7	1. Упражнять в выполнении удара по мячу внутренней стороной стопы с места. 2. Развивать координацию движений, ловкость. 3. Воспитывать активность при выполнении упражнений.	<p>I. Вводная часть: Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба по кругу диаметром 8-10 м, перешагивая расставленные на пути препятствия (кубки).</p> <p>3. Бег по площадке с изменением направления движения по сигналу педагога. Упражнение заканчивается ходьбой.</p> <p>II. Основная часть: Комплекс общеразвивающих упражнений № 1. Удар по мячу внутренней стороной стопы с места: повторение упражнений из занятий № 11-12, встав в 2-3 м напротив стенки, дети выполняют удар по мячу с места. Отраженный от стенки мяч дети ловят руками, ставят перед собой и вновь наносят удар. Упражнение на осанку: проверка правильности осанки, встав спиной к стенке, ходьба по прямой линии, держа руки в стороны, ходьба по коридору шириной 0,5 м на пятках, носках.</p>	<p>Дистанция - длина зала.</p> <p>Дистанция - длина зала.</p>	Футбольные и набивные мячи по количеству детей, кубики
		<p>III. Заключительная часть: 1. Подвижная игра «Слушай сигнал» (2-3 раза). Подведение итогов занятия.</p>		
8	1. Продолжать упражнять в выполнении техники удара по мячу внутренней стороной стопы с места. 2. Развивать реакцию на сигнал, координацию движений. 3. Воспитывать желание правильно выполнять упражнения.	<p>I. Вводная часть: Построение в одну шеренгу.</p> <p>Ходьба друг за другом, обходя расставленные препятствия (мячи) с переходом на бег.</p> <p>II. Основная часть: Комплекс общеразвивающих упражнений № 1. Удар по мячу внутренней стороной стопы с места: повторение упражнений из занятий № 13-14.</p> <p>3. Упражнение на осанку: проверка правильности осанки, встав спиной к стенке,</p>	<p>Дистанция - 50 м</p>	Футбольные и набивные мячи по количеству детей

		<p>ходьба по прямой линии, держа руки к плечам, в стороны.</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Подвижная игра «Лягушки-квакушки».</li> <li>Подведение итогов занятия.</li> </ol>	Дистанция - 10-12 м	
9	<p>1. Освоение техники удара по мячу внутренней стороной стопы и остановки катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать координацию движений, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать желание добиться результата.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Чередование ходьбы в спокойно темпе с бегом (10 м - ходьба, 6-8 м - бег и т.д.).</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 1.</p> <p>Удар внутренней стороной стопы с места: повторение упражнений из занятий № 13-14.</p> <p>2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы:</p> <p>демонстрация данного приема педагогом, встав в 2-3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы в эту цель.</p> <p>Отраженный мяч останавливается этим же способом,</p> <p>дети подходят к подвешенным в сетках мячам (расстояние 5-10 см от поверхности площадки).</p> <p>Выполнив легкий удар по подвешенному мячу, они затем выполняют остановку возвращающегося мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	<p>Дистанция - 50-55 м</p> <p>Цель - создание общего представления о приеме.</p> <p>При приближении мяча бьющая нога выносится навстречу мячу, а ее стопа разворачивается наружу, образуя со стопой опорной ноги прямой угол.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	<p>Футбольные и набивные мячи по количеству детей,</p> <p>гимнастическая скамейка - 2 шт., шнур</p>
		<p>TTT. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба по кругу диаметром 8-10 м, выполняя по сигналу педагога хлопок ладонями рук перед собой или сзади.</p> <p>Упражнение на дыхание: руки через стороны-вверх - вдох через нос; опустить руки вниз перед собой - выдох через рот.</p> <p>Подведение итогов занятия</p>	Дистанция - 35 м	

10	<p>1. Упражнять в выполнении удара по мячу внутренней стороной стопы и остановки катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать ловкость, реакцию на сигнал.</p> <p>3. Воспитывать интерес к выполнению упражнений парами.</p>	<p>Т. Вводная часть: Построение в одну шеренгу. Чередование ходьбы в спокойном темпе с бегом (10 м - ходьба, 6-8 м - бег и т.д.).</p> <p>ТТ. Основная часть: Комплекс общеразвивающих упражнений № 1. Удар внутренней стороной стопы с места: повторение упражнений из занятий № 13-14. выполнение удара по мячу внутренней стороной стопы в ворота (по подгруппам, каждая подгруппа - в свои ворота).</p> <p>2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы: демонстрация данного приема педагогом, встав в 2-3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы в эту цель. Отраженный мяч останавливается этим же способом, дети подходят к подвешенным в сетках мячам (расстояние 5-10 см от поверхности площадки). Выполнив легкий удар по подвешенному мячу, они затем выполняют остановку возвращающегося мяча внутренней стороной стопы. в парах: партнеры, встав в 3 м друг против друга, попеременно ударом внутренней стороной стопы посыпают мяч низом товарищу, который останавливает катящийся мяч этим же способом, и т.д.</p> <p>3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	<p>Дистанция - 50-55 м</p> <p>Обратить внимание на точность удара по мячу (попадание его в ворота).</p> <p>Цель - создание общего представления о приеме. При приближении мяча бьющая нога выносится навстречу мячу, а ее стопа разворачивается наружу, образуя со стопой опорной ноги прямой угол.</p> <p>То же. При приближении мяча тяжесть тела переносится на согнутую в коленном суставе опорную ногу. Повтор: 2-3 раза.</p>	<p>Футбольные и набивные мячи по количеству детей, гимнастическая скамейка - 2 шт., ворота футбольные, шнур</p>
		<p>III. Заключительная часть: Ходьба по периметру площадки, выполняя по звуковому сигналу хлопок ладонями рук над головой.</p> <p>Упражнение на дыхание: руки через стороны-вверх - вдох через нос; опустить руки вниз перед собой -</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p>	

		выдох через рот. Подведение итогов занятия		
11	<p>1. Закреплять технику выполнения удара по мячу внутренней стороной стопы и остановки катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать ловкость, реакцию на сигнал.</p> <p>3. Воспитывать интерес к выполнению упражнений парами.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Построение в одну шеренгу.</li> <li>Ходьба с перешагиванием через препятствия (шнуры), разложенные по 1 стороне зала, с переходом на бег.</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Комплекс общеразвивающих упражнений № 1. 2. Удар внутренней стороной стопы с места: - повторение упражнений из занятий №19-20.</li> <li>Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы: <ul style="list-style-type: none"> <li>- встав в 2-3 м напротив стенки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы в стенку. Отраженный мяч останавливается этим же способом,</li> <li>- дети подходят к подвешенным в сетках мячам (расстояние 5-10 см от поверхности площадки). Выполнив легкий удар по подвешенному мячу, они затем выполняют остановку возвращающегося мяча внутренней стороной стопы.</li> <li>- в парах: партнеры, встав в 3 м друг против друга, попеременно ударом внутренней стороной стопы посылают мяч низом товарищу, который останавливает катящийся мяч этим же способом, и т.д.</li> </ul> </li> <li>Подвижная игра «Ловкие бегуны».</li> </ol> <p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Бег в медленном темпе змейкой между кеглями, расставленными по прямой линии через каждые 2 м.</li> <li>Ходьба в спокойном темпе по периметру площадки с фиксированным перекатом ноги с пятки на носок.</li> </ol> <p>Подведение итогов занятия I.</p>	<p>Дистанция - 2 круга</p> <p>При приближении мяча бьющая нога выносится навстречу мячу, а ее стопа разворачивается наружу, образуя со стопой опорной ноги прямой угол.</p> <p>То же.</p> <p>При приближении мяча тяжесть тела переносится на согнутую в коленном суставе опорную ногу.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	<p>Футбольные и набивные мячи по количеству детей, ворота футбольные, шнуры, кегли</p>
			<p>Дистанция - 35 м. Дыхание свободное.</p> <p>Дистанция - 30 м</p>	

12	<p>1. Закреплять умение выполнять удар по мячу внутренней стороной стопы и останавливать катящийся мяч этим же способом.</p> <p>2. Развивать координацию движений, ловкость.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих способностях.</p>	<p><b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба в спокойном темпе с чередованием с ходьбой с высоким подниманием бедра. По сигналу - изменение направления движения.</p>	Дистанция - 2 круга.	Футбольные и набивные мячи по количеству детей, ворота футбольные, гимнастические скамейки - 2 шт.
		<p><b>II. Основная часть:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 1.</li> <li>2. Удар внутренней стороной стопы с места: - повторение упражнений из занятий № 19-20.</li> <li>2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы.</li> </ol> <p>Дети делятся на 2 подгруппы, одна из которых выполняет остановку мяча от скамейки, другая - от стенки. Затем подгруппы меняются местами: 1 подгруппа - встав в 2-3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы в эту цель.</p> <p>Отраженный мяч останавливается этим же способом,</p> <p>2 подгруппа - встав в 2-3 м напротив стенки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы в стенку. Отраженный мяч останавливается этим же способом,</p> <p>- в парах: партнеры, встав в 4 м друг против друга, попеременно ударом внутренней стороной стопы посылают мяч низом товарищу, который останавливает катящийся мяч этим же способом, и т.д.</p> <p>3. Подвижная игра «Слушай сигнал».</p>	<p>При приближении мяча бьющая нога выносится навстречу мячу, а ее стопа разворачивается наружу, образуя со стопой опорной ноги прямой угол.</p> <p>То же.</p> <p>При приближении мяча тяжесть тела переносится на согнутую в коленном суставе опорную ногу.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p><b>III. Заключительная часть:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба в спокойном темпе по периметру Площадки с чередованием с ходьбой на носках, на пятках.</li> <li>2. Подведение итогов занятия.</li> </ol>	Дистанция - 35 м.	

13	<b>Промежуточная аттестация</b>			
14	<p>1. Познакомить с техникой удара по неподвижному мячу с одного шага разбега и освоение остановки катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать реакцию на сигнал, координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать желание осваивать новые технические приемы.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Построение в одну шеренгу.</li> <li>Бег с мячом в руках по периметру площадки. По звуковому сигналу дети поднимают мяч над головой, затем опускают, продолжая движение.</li> <li>Ходьба с перешагиванием расставленных по пути предметов (кубиков).</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Комплекс общеразвивающих упражнений № 2.</li> <li>Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега: <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрация педагогом данного приема,</li> <li>- имитация выполнения данного приема детьми,</li> <li>- встав в 2-3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы с 1 шага разбега в эту цель. Отраженный мяч останавливается внутренней стороной стопы,</li> <li>- дети подходят к подвешенным в сетках мячам (расстояние 5-10 см от поверхности площадки). Выполнив легкий удар по подвешенному мячу с одного шага разбега, они затем выполняют остановку возвращающегося мяча внутренней стороной стопы.</li> </ul> </li> <li>Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы: <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети упражняются в парах. Один из них имеет мяч. Партнеры встают в 3-4 м друг против друга. Имеющий мяч рукой накатывает его на товарища, тот останавливает катящийся мяч внутренней стороной стопы и тут же ударом внутренней стороной стопы посыпает мяч низом обратно.</li> </ul> </li> <li>Подвижная игра «Охотники и утки».</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг</p> <p>Дистанция - 1 круг</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, кубики, гимнастические скамейки - 2 шт.,</p> <p>Цель - создание общего представления о приеме. Опорная нога ставится рядом с мячом на специально обозначенную отметку.</p> <p>Обратить внимание на амортизирующее движение стопы при касании мяча.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>

		<p>ТТТ. Заключительная часть: Ходьба по прямой линии на носках, пятках, чередование с обычной ходьбой. Упражнение на дыхание: руки через стороны вверх - вдох, вниз - выдох. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 30 м. Обратить внимание на соблюдение правильной осанки.</p>	
15	<p>1. Упражнять в технике удара по неподвижному мячу с одного шага разбега и остановке катящегося мяча этим же способом. 2. Развивать реакцию на сигнал, координацию движений. 3. Воспитывать настойчивость в достижении результата.</p>	<p>Т. Вводная часть: Построение в одну шеренгу. Бег, держа мяч в руках, по периметру площадки. Чередование с ходьбой. Во время ходьбы по звуковому сигналу дети ударяют мяч об пол и ловят его, продолжают движение.</p> <p>ТТ. Основная часть: Комплекс общеразвивающих упражнений № 2. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега: - встав в 2-3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы с 1 шага разбега в эту цель. Отраженный мяч останавливается внутренней стороной стопы, дети подходят к подвешенным в сетках мячам (расстояние 5-10 см от поверхности площадки). Выполнив легкий удар по подвешенному мячу с одного шага разбега, они затем выполняют остановку возвращающегося мяча внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы: дети упражняются в парах. Один из них имеет мяч. Партнеры встают в 3-4 м друг против друга. Имеющий мяч рукой накатывает его на товарища, тот останавливает катящийся мяч внутренней стороной стопы и тут же ударом внутренней стороной стопы посыпает мяч низом обратно;</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Опорная нога ставится рядом с мячом на специально обозначенную отметку.</p> <p>Обратить внимание на амортизирующее движение стопы при касании мяча.</p> <p>То же.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, гимнастические скамейки - 2 шт.,</p>

		<p>дети встают в колонну по одному. Педагог с мячом занимает позицию в 3-4 м перед колонной. Ударом по неподвижному мячу он направляет мяч низом головному игроку. Тот останавливает катящийся мяч внутренней стороной стопы и тут же ударом внутренней стороной стопы посыпает мяч обратно педагогу, а сам перебегает в конец колонны и т.д. Подвижная игра «Охотники и утки».</p>	<p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть: Ходьба по прямой линии на внутренней и внешней сторонах стоп, чередование с обычной ходьбой Упражнение на дыхание: руки через стороны вверх - вдох, вниз - выдох. 3. Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 30 м. Обратить внимание на соблюдение правильной осанки</p>	
16	<p>1. Продолжать упражнять в технике удара по неподвижному мячу с одного шага разбега и остановке катящегося мяча этим же способом. 2. Развивать ловкость, выносливость. 3. Воспитывать интерес к игре в парах.</p>	<p>I. Вводная часть: Построение в одну шеренгу. Ходьба по периметру площадки с перешагиванием через расположенные мячи. Чередование с бегом «змейкой» вокруг мячей.</p> <p>II. Основная часть: Комплекс общеразвивающих упражнений № 2. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега. Дети делятся на 2 подгруппы, одна из которых выполняет удар и остановку мяча от скамейки, другая - от стенки. Затем подгруппы меняются местами: подгруппа - встав в 2-3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега в эту цель. Отраженный мяч останавливается этим же способом. подгруппа - встав в 2-3 м напротив стенки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега в стенку. Отраженный мяч останавливается этим же способом.</p>	<p>Мячи разложены по двум сторонам зала. Дистанция - 2 круга (1/2 круга - ходьба, 1/2 круга - бег).</p> <p>Обратить внимание на технику выполнения удара по мячу.</p>	<p>Футбольные мячи на каждого ребенка, гимнастические скамейки - 2 шт.</p> <p>Обратить внимание на</p>

		<p>2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: партнеры, встав в 3-4 м друг против друга, попеременно ударом внутренней стороной стопы посылают мяч товарищу, который останавливает катящийся мяч этим же способом;</li> <li>- дети встают в колонну по одному. Педагог с мячом занимает позицию в 3-4 м перед колонной. Ударом по неподвижному мячу он направляет мяч низом головному игроку. Тот останавливает катящийся мяч внутренней стороной стопы и тут же ударом внутренней стороной стопы посыпает мяч обратно педагогу, а сам перебегает в конец колонны и т.д.</li> </ul> <p>3. Подвижная игра «Охотники и утки».</p>	<p>амортизирующее движение стопы при касании мяча.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба по прямой линии на внутренней и внешней сторонах стоп, чередование с обычной ходьбой</p> <p>Упражнение на дыхание: руки через стороны вверх</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вдох, вниз - выдох.</li> </ul> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 30 м. Обратить внимание на соблюдение правильной осанки.</p>	
17	<p>1. Закреплять умение выполнять удар по неподвижному мячу с одного шага разбега и останавливать катящийся мяч этим же способом.</p> <p>2. Развивать ловкость, зрительно - моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих способностях.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Бег, держа мяч в руках, по периметру площадки. По звуковому сигналу дети подбрасывают мяч на уровне головы, ловят его, продолжая движение.</li> <li>3. Ходьба змейкой вокруг расставленных по пути предметов (конусов).</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг</p> <p>Дистанция - 1 круг</p>	<p>Футбольные мячи на каждого ребенка, конусы, гимнастические скамейки - 2 шт., ворота футбольные - 2 шт.</p>
		<p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 2.</li> <li>2. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега: Дети делятся на 2 подгруппы, одна из которых выполняет удар и остановку мяча от скамейки, другая - от стенки. Затем подгруппы меняются</li> </ol>	<p>Обратить внимание на точность удара по мячу (попадание его в ворота)</p>	

	<p>местами:</p> <p>подгруппа - встав в 2-3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега в эту цель. Отраженный мяч останавливается этим же способом.</p> <p>подгруппа - встав в 2-3 м напротив стенки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега в стенку. Отраженный мяч останавливается этим же способом.</p> <p>подгруппы одновременно упражняются в нанесении удара по мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега в ворота (каждая подгруппа - в свои ворота).</p> <p>Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы:</p> <p>в парах: партнеры, встав в 3-4 м друг против друга, попеременно ударом внутренней стороной стопы посылают мяч товарищу, который останавливает катящийся мяч этим же способом;</p> <p>Дети встают по кругу диаметром 8-10 м. Педагог занимает с мячом место в центре круга. Он поочередно передает мяч низом детям. Дети, остановив мяч внутренней стороной стопы, ударом тем же приемом возвращают его в центр круга и т.д.</p> <p>Подвижная игра «Охотники и утки».</p>	<p>Обратить внимание на амортизирующее движение стопы при касании мяча.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>		
	<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба по периметру площадки, выполняя по звуковому сигналу педагога хлопок ладонями рук над головой.</p> <p>Упражнение на дыхание: руки через стороны-вверх - вдох через нос; опустить руки вниз перед собой - выдох через рот.</p> <p>Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p>		

18	<p>1. Познакомить детей с подготовительными упражнениями по технике ведения мяча.</p> <p>2. Развивать умение выполнять удар по неподвижному и катящемуся мячу в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом.</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Построение в одну шеренгу.</li> <li>Ходьба по кругу, взявшись за руки. По сигналу изменить направление движения.</li> <li>Бег врассыпную с остановкой по сигналу.</li> </ol> <p><b>II. Основная часть:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Комплекс общеразвивающих упражнений № 3.</li> <li>Подготовительные упражнения с мячом по технике ведения: <ul style="list-style-type: none"> <li>- перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую,</li> <li>- наступив на мяч подошвой, прокатывание его вперед и назад, не отнимая подошвы от мяча,</li> <li>- подбросив мяч перед собой, дети легким ударом серединой подъема подбивают его вверх, стараясь поймать двумя руками.</li> </ul> </li> <li>Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом: <ul style="list-style-type: none"> <li>- встав в 2 м от перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети выполняют удар низом в образовавшуюся низкую стенку, останавливая катящийся навстречу мяч внутренней стороной стопы.</li> <li>- в парах: дети встают друг от друга на расстоянии 3 м, посередине между ними - дуги. Ребенок выполняет удар по мячу внутренней стороной стопы так, чтобы мяч прокатился партнеру через ворота (дугу). Партнер останавливает катящийся навстречу мяч внутренней стороной стопы и таким же образом посыпает мяч обратно.</li> </ul> </li> <li>Подвижная игра «Охотники и утки».</li> </ol>	<p>3-4 раза в каждую сторону. Дыхание произвольное</p> <p>Обратить внимание на мягкость движений.</p> <p>Вес тела переносится на согнутую в коленном суставе опорную ногу. Носок опорной ноги должен совпадать с направлением движения мяча.</p> <p>Обратить внимание на точность удара (прокатывание мяча через Дугу)</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, дуги - 5 шт.</p>
----	--	--	---	--

		<p>ТТТ. Заключительная часть: Ходьба с заданиями: на пятках, держа руки на затылке; на носках, руки вверх. Чередовать с обычной ходьбой. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг. Соблюдать правильную осанку.</p>	
19	<p>1. Продолжать учить выполнять подготовительные упражнения по технике ведения мяча. 2. Продолжать развивать умение выполнять удар по неподвижному и катящемуся мячу в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом. 3. Воспитывать смелость, решительность.</p>	<p>Т. Вводная часть: 1. Построение в одну шеренгу. 2. Ходьба по периметру площадки «змейкой», обходя расставленные предметы (конусы). Чередование с бегом. По сигналу изменить направление движения.</p> <p>ТТ. Основная часть: 1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3. 2. Подготовительные упражнения с мячом по технике ведения: - перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую, - наступив на мяч подошвой, прокатывание его вперед и назад, не отнимая подошвы от мяча, подбросив мяч перед собой, дети легким ударом серединой подъема подбивают его вверх, стараясь поймать двумя руками, ударом внутренней стороной стопы послать мяч вперед на 3-4 м. Догнав мяч, остановить его подошвой, прокатывая вперед и назад. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом: в парах: встав в 3-4 м друг против друга, партнеры попеременно выполняют передачи мяча, предварительно его останавливая, встав в 2 м от перевернутой на бок</p>	<p>Дистанция - 2 круга. Дыхание произвольное</p> <p>Обратить внимание на мягкость движений.</p> <p>Вес тела переносится на согнутую в коленном суставе опорную ногу.</p> <p>Голеностопный сустав расслаблен. Носок опорной ноги должен совпадать с направлением движения мяча.</p> <p>То же</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы</p>

		гимнастической скамейки, дети выполняют удар низом в образовавшуюся низкую стенку, останавливая катящийся навстречу мяч внутренней стороной стопы. Подвижная игра «Охотники и утки»	Повтор 2-3 раза	
		III. Заключительная часть: Ходьба на носках с разными заданиями для рук: в стороны, вверх, на пояс, за голову. Чередовать с обычной ходьбой. Подведение итогов занятия.	Дистанция - 1 круг.  Соблюдать правильную осанку	
20	1. Закреплять умение выполнять подготовительные упражнения по технике ведения мяча. 2. Упражнять в выполнении удара по неподвижному и катящемуся мячу в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом. 3. Воспитывать активность.	I. Вводная часть: Построение в одну шеренгу. Ходьба по периметру площадки с перешагиванием через расставленные предметы (кубики). Чередование с бегом врассыпную с нахождением своего места в колонне.  II. Основная часть: 1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3. 2. Подготовительные упражнения с мячом по технике ведения: - перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую, - наступив на мяч подошвой, прокатывание его вперед и назад, не отнимая подошвы от мяча, - подбросив мяч перед собой, дети легким ударом серединой подъема подбивают его вверх, стараясь поймать двумя руками, - ударом внутренней стороной стопы послать мяч вперед на 3-4 м. Догнав мяч, остановить его подошвой, прокатывая вперед и назад. 2. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом:	Дистанция - 2 круга. Дыхание произвольное   Обратить внимание на мягкость движений. Вес тела переносится на согнутую в коленном суставе опорную ногу. Голеностопный сустав расслаблен. Носок опорной ноги должен совпадать с направлением движения мяча.  То же.	Футбольные мячи по количеству детей, кубики, дуги - 5 шт.

		<p>- в парах: встав в 3-4 м друг против друга, партнеры попеременно выполняют передачи мяча через стоящие между ними дуги, предварительно его останавливая. Упражнения в подгруппах (смена подгрупп через 2-3 мин.):</p> <p>- 1 подгруппа: встав в 2 м от перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети выполняют удар низом в образовавшуюся низкую стенку, останавливая катящийся навстречу мяч внутренней стороной стопы,</p> <p>- 2 подгруппа: встав в 2 м от стенки, дети выполняют удар низом в стенку, останавливая катящийся навстречу мяч внутренней стороной стопы.</p> <p>3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>		
		<p>III. Заключительная часть: «Считай до трех». Ходьба в сочетании с прыжком на счет «три». Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг. Соблюдать правильную осанку.</p>	
21	<b>Промежуточная аттестация</b>			
22	<p>1. Познакомить с техникой ведения мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>2. Упражнять в передаче мяча внутренней стороной стопы в одно касание.</p> <p>3. Воспитывать волевые качества.</p>	<p>I. Вводная часть: Построение в одну шеренгу. Ходьба по периметру площадки в колонне по одному со сменой направления. Бег по периметру площадки в среднем темпе в сочетании с рывками по ходу движения на 6-8 м, Заканчивается упражнение ходьбой.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.  Дистанция - 1 круг.</p>	<p>Футбольные мячи, мешочки с песком по количеству детей.</p>
		<p>II. Основная часть: Комплекс общеразвивающих упражнений № 3. Ведение мяча внутренней стороной стопы: демонстрация педагогом данного приема; дети осуществляют ведение мяча шагом в медленном темпе (дистанция - длина зала), далее - в обратном направлении, в парах: дети встают друг против друга. Первый</p>	<p>Цель - создание общего представления о приеме.</p> <p>Построение - шеренгой. При каждом шаге дети касаются мяча внутренней стороной</p>	

		<p>ведет мяч к своему партнеру. Оставив у его ног мяч, дети меняются местами. Обратно к исходной позиции мяч ведет второй ребенок и т.д.</p> <p>Передача мяча внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <p>в парах: встав друг перед другом на расстоянии 3 м, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы низом посылают мяч друг другу в одно касание;</p> <p>то же, но расстояние между партнерами увеличивается.</p> <p><b>Подвижная игра «Ловкие бегуны».</b></p>	<p>стопы.</p> <p>Дистанция между партнерами 6-8 м</p> <p>Обратить внимание на сильный разворот стопы бьющей ноги.</p> <p>То же.</p> <p>Дистанция между партнерами 4-6 м.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>ТТТ. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба по коридору шириной 1 м и длиной 12 м с мешочком с песком на голове, держа руки на поясе.</p> <p>Упражнение на дыхание: руки через стороны-вверх - вдох через нос; опустить руки вниз перед собой - выдох через рот.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Соблюдать правильную осанку.</p>	
23	<p>1. Продолжать знакомить с техникой ведения мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>2. Упражнять в передаче мяча внутренней стороной стопы в одно касание в разных условиях.</p> <p>3. Воспитывать настойчивость в овладении техническими приемами.</p>	<p>Т. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Построение в одну шеренгу.</li> <li>Чередование ходьбы в колонне по одному с бегом, по сигналу - смена направления.</li> </ol>	<p>Дистанция - 2 круга.</p>	<p>Футбольные мячи, мячи маленького размера по количеству детей, конусы, шнурки или гимнастические палки.</p>
		<p>ТТ. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Комплекс общеразвивающих упражнений № 4.</li> <li>Ведение мяча внутренней стороной стопы:</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети осуществляют ведение мяча шагом в медленном темпе до конуса (дистанция - длина площадки), поворот и ведение мяча обратно,</li> <li>- то же, но темп движения увеличивается,</li> <li>- в парах: дети встают друг против друга. Первый ведет мяч к своему партнеру. Оставив у его ног</li> </ul>	<p>При каждом шаге дети касаются мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>Дистанция между партнерами 8-10</p> <p>Обратить внимание на</p>	

		<p>свой мяч, он подхватывает мяч партнера и ведет его на исходную позицию. Теперь так же действует второй партнер и т.д.</p> <p>3. Передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: встав друг перед другом на расстоянии 3 м, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы низом посылают мяч друг другу в одно касание;</li> <li>- то же, но расстояние между партнерами увеличивается;</li> <li>- то же, но мяч посылается по коридору (обозначенного шнурами или гимнастическими палками) шириной 2 м.</li> </ul> <p>4. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	<p>сильный разворот стопы бьющей ноги.</p> <p>То же. Дистанция между партнерами 4-6 м.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>ТТТ. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба в колонне по одному с перешагиванием через шнурки (гимнастические палки) с переходом на легкий бег.</p> <p>Упражнение на дыхание: руки через стороны-вверх - вдох через нос; опустить руки вниз перед собой - выдох через рот.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Соблюдать правильную осанку. Дыхание свободное.</p>	
24	<p>1. Упражнять в технике ведения мяча внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать</p>	<p>Т. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба и бег по периметру площадки, по сигналу педагога - ходьба с высоким подниманием коленей, бег на носках.</p>	<p>Дыхание свободное. Обратить внимание на осанку.</p>	<p>Футбольные мячи и мячи маленького размера по количеству детей, конусы, шнурки или гимнастические</p>
		<p>ТТ. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 4.</p> <p>2. Ведение мяча внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча подошвой:</p>	<p>По звуковому сигналу дети накрывают мяч подошвой.</p>	

	<p>ловкость, координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p>	<p>повторение упражнений из занятий № 41-42, ведение мяча по площадке, стараясь не касаться мячом расставленных предметов (конусы),</p> <p>- ведение мяча по кругу диаметром 5 м.</p> <p>3. Передача мяча внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <p>- в парах: встав друг перед другом на расстоянии 3 м, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы низом посылают мяч друг другу в одно касание;</p> <p>- то же, но расстояние между партнерами увеличивается;</p> <p>- то же, но мяч посыпается по коридору (обозначенного шнурами или гимнастическими палками) шириной 2 м.</p> <p>4. Подвижная игра «Лиса и куры».</p>	<p>Выполняется ведущей ногой. Обратить внимание на сильный разворот стопы бьющей ноги.</p> <p>То же. Дистанция между партнерами 4-6 м.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
25	<p>1. Продолжать упражнять в технике ведения мяча внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать зрительно - моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать интерес к игровым действиям с мячом.</p>	<p>Т. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба обычная, по сигналу - ходьба в полуприседе, на носках. Чередование с бегом.</p>	<p>Дыхание свободное. Обратить внимание на осанку, соблюдение дистанции между детьми.</p>	<p>Футбольные мячи и мячи маленького размера по количеству детей, конусы, шнурки или гимнастические палки</p>
		<p>Т. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 4.</p> <p>2. Ведение мяча внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча подошвой:</p>	<p>По звуковому сигналу дети накрывают мяч подошвой.</p>	

		<p>- повторение упражнений из занятий № 41-42,</p> <p>- ведение мяча по площадке, стараясь не касаться мячом расставленных предметов (конусы),</p> <p>- ведение мяча по широкому кругу,</p> <p>- в парах: встав в 6-8 м друг против друга, партнеры по сигналу ведут мяч навстречу друг другу. Сблизившись с товарищем, они останавливают мяч подошвой, оставляя его партнеру. Подхватив мяч партнера, каждый ведет его назад, на исходную позицию и т.д.</p> <p>3. Передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <p>- в парах: встав друг перед другом на расстоянии 6 м, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы низом посылают мяч друг другу в одно касание,</p> <p>- то же, но мяч посыпается по коридору (обозначенного шнурами или гимнастическими палками) шириной 1,5 м.</p> <p>4. Подвижная игра «Лиса и куры».</p>	<p>По ходу часовой стрелки - левой ногой; против хода часовой стрелки - правой ногой.</p> <p>Обратить внимание на сильный разворот стопы бьющей ноги.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>1. Ходьба по периметру площадки с выполнением задания на внимание: по сигналу педагога выполняют задания (присели, хлопок руками над головой, прыжок и пр.).</p> <p>2. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p>	
26	<p>1. Продолжать упражнять в технике ведения мяча внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать зрительно - моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать интерес к</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба обычная, по сигналу - ходьба в полуприседе, на носках. Чередование с бегом.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 4.</p> <p>2. Ведение мяча внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой</p>	<p>Дыхание свободное.</p> <p>Обратить внимание на осанку, соблюдение дистанции между детьми.</p> <p>По звуковому сигналу дети накрывают мяч подошвой.</p>	<p>Футбольные мячи и мячи маленького размера по количеству детей, конусы, шнурки или гимнастические палки.</p>

	игровым действиям с мячом.	<p>катящегося мяча подошвой: повторение упражнений из занятий № 41-42, ведение мяча в квадрате 8*8 м, стараясь не касаться мячом расставленных предметов (конусы),</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ведение мяча по кругу диаметром 5 м,</li> <li>- в парах: встав в 10-12 м друг против друга, партнеры по сигналу ведут мяч навстречу друг другу. Сблизившись с товарищем, они останавливают мяч подошвой, оставляя его партнеру. Подхватив мяч партнера, каждый ведет его назад, на исходную позицию и т.д.</li> </ul> <p>3. Передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: встав друг перед другом на расстоянии 6-8 м, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы низом посылают мяч друг другу в одно касание;</li> <li>- то же, но мяч посылается по коридору (обозначенного шнурами или гимнастическими палками) шириной 1,5 м. 4.</li> </ul> <p>Подвижная игра «Лиса и куры».</p>	<p>По ходу часовой стрелки - левой ногой; против хода часовой стрелки - правой ногой.</p> <p>Обратить внимание на сильный разворот стопы бьющей ноги.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>ТТТ. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Считай до трех и до пяти». Ходьба в сочетании с прыжком на счет «три», хлопком руками на счет «пять».</li> <li>2. Подведение итогов занятия.</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг. Соблюдать правильную осанку.</p>	
27	<p>1. Упражнять в технике передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание.</p> <p>2. Развивать ловкость, силу.</p> <p>3. Воспитывать волевые качества.</p>	<p>Т. Вводная часть: Построение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному: по сигналу дети разводят руки в стороны, ставят на пояс, выполняют хлопки в ладоши над головой.</p> <p>Бег на носках в чередовании с обычным бегом.</p> <p>ТТ. Основная часть:</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, большие кубы (мягкие модули).</p>

		<p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</p> <p>Передачи внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: партнеры встают друг перед другом и поочередно ударом внутренней стороной стопы направляют мяч товарищу в одно касание.</li> </ul> <p>Ведение мяча различными способами с обводкой произвольно расположенных по площадке больших кубов (мягких модулей).</p> <p>Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием двумя руками.</p>	<p>Расстояние между партнерами 4-5 м.</p> <p>Хват рук с боков скамейки, повторить 2-3 раза.</p>	
		<p>ТТТ. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба в колонне по одному.</li> </ol> <p>Когда педагог произносит: «Гуси!», - дети приседают и кладут руки на колени, тут же поднимаются и продолжают ходьбу.</p> <p>Когда же следует сигнал: «Голуби!», - дети переходят на бег, помахивая руками, словно крыльшками.</p> <p>Упражнение на дыхание.</p> <p>Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p>	
28	<p>1. Продолжать упражнять в технике передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание.</p> <p>2. Развивать координацию движений, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать интерес к упражнениям с мячом.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Чередование ходьбы в колонне по одному с бегом, по сигналу - смена направления и смена ведущего.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</p> <p>Передачи внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: партнеры встают друг перед другом и поочередно ударом внутренней стороной стопы направляют мяч товарищу в одно касание.</li> </ul> <p>Посередине, между партнерами, из конусов обозначаются ворота шириной 2 м.</p> <p>Ведение мяча змейкой по «трассе» из 8 - 10</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы, шнуры (гимнастические палки).</p>

		<p>конусов, обводя конусы.</p> <p>Работа в парах: передача мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы.</p>		
		<p>ИТТ. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба в колонне по одному с перепрыгиванием влево-вправо лежащего на полу шнуря (гимнастических палок). Чередование с легким бегом.</p> <p>Упражнение на дыхание.</p> <p>Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 1 круг (1/2 круга - ходьба с перепрыгиванием, 1/2 - легкий бег)</p>	
29	<p>1. Продолжать упражнять в технике передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание.</p> <p>2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Построение в колонну по одному.</li> <li>Ходьба в колонне по одному: по сигналу дети разводят руки в стороны, ставят на пояс, выполняют хлопки в ладоши над головой.</li> <li>Бег на носках в чередовании с обычным бегом.</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</li> <li>Передачи внутренней стороной стопы в одно касание:           <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: партнеры встают друг перед другом и поочередно ударом внутренней стороной стопы направляют мяч товарищу в одно касание. Посередине, между партнерами, из конусов обозначаются ворота шириной 1,5 м.</li> <li>3. Ведение мяча различными способами с обводкой произвольно расположенных больших кубов.</li> <li>4. Удары по мячу разными способами с забиванием в ворота.</li> </ul> </li> </ol> <p>ИТТ. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба в колонне по одному. Когда педагог произносит: «Гуси!», - дети приседают и кладут руки на колени, тут же поднимаются и продолжают ходьбу.</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Расстояние между партнерами 5-6 м.</p> <p>Мяч должен проходить через ворота.</p> <p>Упражнение выполняется в квадрате 10*15 м.</p> <p>Упражнение выполняется одновременно 2-мя подгруппами.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы, кубы большие (мягкие модули), ворота футбольные - 2 шт.</p>

		<p>Когда же следует сигнал: «Голуби!», - дети переходят на бег, помахивая руками, словно крыльшками.</p> <p>Упражнение на дыхание.</p> <p>Подведение итогов занятия</p>		
30	<p>1. Закреплять умение передавать мяч внутренней стороной стопы в одно касание.</p> <p>2. Развивать зрительно - моторную координацию, ловкость.</p> <p>3. Воспитывать осознанное отношение к выполняемым действиям.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Чередование ходьбы в колонне по одному с бегом, по сигналу - смена направления и смена ведущего.</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</li> <li>2. Передачи внутренней стороной стопы в одно касание: <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: партнеры встают друг перед другом и поочередно ударом внутренней стороной стопы направляют мяч товарищу в одно касание. Посередине, между партнерами, из конусов обозначаются ворота шириной 1,5 м.</li> </ul> </li> <li>3. Ведение мяча: <ul style="list-style-type: none"> <li>- по коридору шириной 1 м,</li> <li>- змейкой по трассе из конусов.</li> </ul> </li> <li>4. Работа в парах: передача мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы, снизу.</li> </ol>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Расстояние между партнерами 5-6 м.</p> <p>Мяч должен проходить через ворота.</p> <p>Расстояние между детьми 4-5 м.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы, шнурки</p>
		<p>ИТГ. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба в колонне по одному. Когда педагог произносит: «Гуси!», - дети приседают и кладут руки на колени, тут же поднимаются и продолжают ходьбу.</li> </ol> <p>Когда же следует сигнал: «Голуби!», - дети переходят на бег, помахивая руками, словно крыльшками.</p> <p>Упражнение на дыхание.</p> <p>Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p>	

31	<p>1. Упражнять в выполнении технических приемов (удары по мячу, ведение и остановка мяча).</p> <p>2. Развивать координацию движений, ловкость.</p> <p>3. Воспитывать волевые качества.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Ходьба в колонне по одному. Когда педагог произносит: «Лошадки!»,</p> <p>- дети выполняют ходьбу с высоким подниманием бедер. Когда звучит сигнал «Журавли!»,</p> <p>- дети передвигаются на носках.</p> <p>Бег в умеренном темпе.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p>	Футбольные мячи по количеству детей, конусы, дуги, ворота футбольные
		<p>II. Основная часть:</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 6.</p> <p>Удары в цель по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с разбега:</p> <p>удары в стенку, удары в малые ворота</p> <p>Игровое упражнение 2*2.</p> <p>Обозначается прямоугольник 8*12 м. На лицевых линиях из конусов обозначаются ворота. Дети делятся на две команды, соревнуются в том, кто больше забьет мячей в ворота противника.</p>	<p>Дистанция - 6-7 м.</p> <p>Дистанция - 7 м</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба парами с перестроением в одну колонну.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1/2 круга.</p> <p>Повторить 2-3 раза</p>	
32	<p>1. Продолжать упражнять в выполнении технических приемов (удары по мячу, ведение и остановка мяча).</p> <p>2. Развивать координацию движений, ловкость.</p> <p>3. Воспитывать волевые качества.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Бег в умеренном темпе.</p> <p>Прыжки в движении, отталкиваясь двумя ногами через 5-6 шнурков, расположенных в одну линию.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 6.</p> <p>2. Удары в цель по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с разбега: - удары в стенку,</p> <p>- удары в малые ворота.</p> <p>3. Игровое упражнение 2*2.</p> <p>Обозначается прямоугольник 8*12 м. На лицевых</p>	<p>Дистанция - 1/2 круга.</p> <p>Дистанция - 1/2 круга.</p> <p>Повторить 2 раза.</p> <p>Дистанция - 6-7 м.</p> <p>Дистанция - 7 м.</p>	Футбольные мячи по количеству детей, конусы, ворота футбольные

		<p>линиях из конусов обозначаются ворота. Дети делятся на две команды, соревнуются в том, кто больше забьет мячей в ворота противника.</p> <p>III. Заключительная часть: Игра «Живая цепь». Подведение итогов занятия.</p>		
33	<p>1. Закреплять умение выполнять технические приемы (удары по мячу, ведение и остановка мяча) в игровых упражнениях.</p> <p>2. Развивать координацию движений, ловкость.</p> <p>3. Воспитывать радость от успешных игровых действий.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Ходьба в колонне по одному. Когда педагог произносит: «Лошадки!», - дети выполняют ходьбу с высоким подниманием бедер. Когда звучит сигнал «Журавли!», - дети передвигаются на носках.</p> <p>2. Бег в умеренном темпе.</p> <p>3. Прыжки в движении, отталкиваясь двумя ногами через 5-6 шнурков, расположенных в одну линию.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 6.</p> <p>Удары в цель по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с разбега:</p> <p>- удары в стенку,</p> <p>- удары в малые ворота.</p> <p>3. Игровое упражнение 2*2.</p> <p>Обозначается прямоугольник 8*12 м. На лицевых линиях из конусов обозначаются ворота шириной 2 м. Дети делятся на две команды, соревнуются в том, кто больше забьет мячей в ворота противника.</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба парами с перестроением в одну колонну. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повторить 2 раза.</p> <p>Дистанция - 6-7 м.</p> <p>Дистанция - 7 м</p> <p>Дистанция - 1/2 круга.</p> <p>Повторить 2-3 раза</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы, ворота футбольные</p>
34-35	1. Закреплять умение выполнять технические	I. Вводная часть:	Дистанция - 1/2 круга.	Футбольные мячи
		1. Бег в умеренном темпе.		

	приемы (удары по мячу, ведение и остановка мяча) в разных условиях.	2. Прыжки в движении, отталкиваясь двумя ногами через 5-6 шнурков, расположенных в одну линию.	Дистанция - 1/2 круга. Повторить 2 раза.	по количеству детей, ворота футбольные
	2. Развивать зрительно - моторную координацию, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать чувство команды.	II. Основная часть: 1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 6. 2. Удары в цель по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с разбега: - удары в стенку; - удары в малые ворота. 3. Игровое упражнение 2*2. Обозначается прямоугольник 8*12 м. На лицевых линиях из конусов обозначаются ворота шириной 2 м. Дети делятся на две команды, соревнуются в том, кто больше забьет мячей в ворота противника.	Дистанция - 6-7 м.  Дистанция - 7 м	
		III. Заключительная часть: 1. Игра «Живая цепь». 2. Подведение итогов занятия.	Дистанция - 1 круг.	
<b>36</b>	<b>Промежуточная аттестация</b>			

## Комплексы общеразвивающих упражнений

### Комплекс ОРУ № 1:

1. «Расти, травушка»: И.П. - стойка ноги вместе, руки к плечам, 1 - поднять вверх правую руку, 2 - поднять вверх левую руку, 3 - опустить правую руку к правому плечу, 4 - опустить левую руку к левому плечу - И.П. (Повтор: 5-6 раз)
2. «Грибок»: И.П. - сидя на корточках, руками обхватить ноги, 1-2 - перейти в положение полуприсед, руки в стороны, 3-4 - подняться на носки, потянуться вверх, 5-6 - перейти в положение полуприсед, руки в стороны, 7-8 - вернуться в И.П. (Повтор: 5-6 раз)
3. «Дровосек»: И.П. - основная стойка, руки на поясе, ноги на ширине плеч, 1-2 - на вдохе руки поднять над головой, как будто держим топор, 3-4 - на выдохе руки резко опускаются вниз между ног, тело при этом наклоняется (Повтор: 5-6 раз)
4. «Насос»: И.П. - основная стойка, руки на поясе, ноги на ширине плеч, 1-2 - наклон вправо, правая рука скользит по боковой линии правой ноги вниз, 3-4 - И.П., 5-6 - наклон влево, левая рука скользит по боковой линии левой ноги вниз, 7-8 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)
5. «Вертолет»: И.П. - основная стойка, руки в стороны, ноги на ширине плеч, 1 - поворот туловища вправо (руки разведены в стороны, ноги не отрывать от пола), 2 - И.П., 3 - поворот туловища влево, 4 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)
6. «Хлопушки»: И.П. - основная стойка, ноги вместе, руки вниз. 1-2 - мах правой ногой вверх, хлопок руками под ногой, 3-4 - И.П., 5-6 - мах левой ногой вверх, хлопок руками под ногой, 7-8 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)
7. «Воробушки-попрыгунчики»: И.П. - основная стойка, руки на поясе, ноги вместе. Прыжки на двух ногах на месте. (Повтор: 5-6 раз)

### Комплекс ОРУ № 2:

1. «Гулливеры»: И.П. - основная стойка, руки вниз, ноги на ширине плеч, 1 -2 - поднять руки вверх, потянуться за руками, 3-4 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)
2. «Косари»: И.П. - основная стойка, руки на поясе, ноги на ширине плеч. 1-2 - поворот туловища вправо, правую руку отвести в сторону, 3-4 - И.П., 5-6 - поворот туловища влево, левую руку отвести в сторону, 7-8 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)
3. «Гномики»: И.П. - основная стойка, руки вниз, ноги на ширине плеч, 1 -2 - присесть, руки вперед, 3-4 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)
4. «Хлопушки»: И.П. - основная стойка, ноги вместе, 1-2- хлопок ладонями над головой, 3-4 - нагнуться вперед, хлопок ладонями за коленками , 5-6 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)
5. «Кошка»: И.П. - стоя на коленях, упор на руки вперед. 1 -2 - отвести вправо - вверх правую руку, посмотреть на нее, 3-4 - И.П., 5-6 - отвести влево - вверх левую руку, посмотреть на нее, 7-8 - И.П.
6. «Велосипедист»: И.П.: лежа на спине, руки вдоль туловища. 1-2 - согнуть правую ногу в колене, 3-4 - И.П., 5-6 - согнуть левую ногу в колене, 7-8 - И.П.
7. «Мячик»: Прыжки на двух ногах вокруг себя. (Повтор: 5 - 6 раз в каждую сторону)

### Комплекс ОРУ № 3 с футбольными мячами:

1. «Выше мяч»: И.П. - основная стойка, ноги врозь, руки с мячом внизу, 1-2 - поднять мяч вверх, встать на носочки, 3-4 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)

2. «Покажи мяч»: И.П. - стоя на коленях, мяч в руках внизу, 1 -2 - повернуться вправо, руки с мячом вытянуть вперед, 3-4 - И.П., 5-6 - повернуться влево, руки с мячом вытянуть вперед, 7-8 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)

3. «Мяч вверх»: И.П. - стоя на коленях, мяч в руках внизу, 1-2 - сесть на пятки, мяч в вытянутых руках поднять вверх, 3-4 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)

4. «Дорожка»: И.П. - сидя на полу, ноги вместе, мяч в руках, 1-2 - наклон вперед, прокатить мяч к носкам, 3-4 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)

5. «Подъемник»: И.П. - лежа на спине, ноги вытянуты, руки вдоль туловища, мяч на полу за головой. 1-2 - поднять ноги, носки тянуть к мячу, 3-4 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)

6. «Рыбка с мячом»: И.П. - лежа на животе, мяч в прямых руках перед собой. 1-2 - прогнуться, поднять мяч вверх, 3-4 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)

7. «Прыжки»: ноги вместе - врозь, мяч вверх - вниз. (Повтор: 10 раз)

#### **Комплекс ОРУ № 4 с мячами маленького размера (теннисными мячами):**

1. «Покатай мяч» И.П. - основная стойка, ноги вместе, мяч в руках. 1-5 - прокатывание мяча в ладонях; 6 -И.П. (Повтор: 5-6 раз)

2. «Покажи мяч» И.П. - основная стойка, ноги врозь, мяч у груди. 1 - поворот вправо, руки с мячом вперед; 2 - И.П. 3- поворот влево, руки с мячом вперед, 4 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)

3. «Положи-подними» И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, мяч в правой руке, левая рука на поясе. 1 -наклон вперед, положить мяч у ног; 2- выпрямиться, руки на пояс. 3- наклониться вперед, поднять мяч левой рукой, 4 - И.П. (Повтор: 5-6 раз, менять руки).

4. «Прокати мяч» И.П. сидя на полу, ноги скрестно, мяч в руках. Прокатывание мяча вокруг себя в одну и другую сторону. (Повтор: по 3 раза в каждую сторону)

5. «Покатай мяч ногами» И.П. сидя на полу, ноги согнуты, мяч под стопами, упор руками сзади. Прокатывание мяча стопами вперед-назад. (Повтор: по 3 раза каждой стопой)

6. «Кенгуруята» И.П. стоя, мяч между ног. Прыжки на 2-х ногах. (10 раз)

#### **Комплекс ОРУ № 5:**

1. «Ножницы»: И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, прямые руки перед собой. Перекрестные движения рук перед собой. (8-10 раз)

2. «Наклоны в стороны»: И.П.: основная стойка, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. 1 - наклон вправо, правая рука скользит по ноге до колена, 2 - И.П., 3 - наклон влево, левая рука скользит по ноге до колена, 4 - И.П. (Повтор: 5-6 раз)

3. «Выпады»: И.П. - основная стойка, ноги вместе, руки на поясе.1 - шаг вперед правой (левой) ногой, согнуть ногу в колене, перенести на нее тяжесть тела, 2 - И.П. (Повтор: 3-4 раза каждой ногой)

4. «Приседания»: И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1-2 - приседание, руки вперед, 3-4 - И.П. (Повтор: 4-5 раз)

5. «Носочек прыгает»: И.П. - сидя на полу, ноги вытянуты вперед, упор рук сзади. 1-2 - согнуть одну ногу, острым носочком касаться пола с одной стороны другой ноги, с другой. 3-4 - И.П. То же другой ногой. (Повтор: 3-4 раза каждой ногой)

6. «Едем на поезде»: И.П. - сидя на полу, ноги вытянуты вперед, руки согнуты в локтях. Двигаться вперед (назад), делать руками вращательные движения. (Повтор: 5-6 раз)

7. Прыжки поочередно на правой (левой) ноге. Чередовать с ходьбой.

#### **Комплекс ОРУ № 6 с мячом:**

1. «Вот какой мяч»: И.П. - основная стойка, ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу. 1- Поднять мяч вперед, 2- вверх; 3 - вперед, 4 - И.П. (Повтор: 5 - 6 раз)

2. «Покатай мяч»: И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди. 1-2 - наклониться, прокатить мяч от правой ноги к левой, 3-4 - подняться, вернуться в И.П. (Повтор: 5 - 6 раз)

3. «Далеко»: И.П. - сидя, ноги врозь, мяч в обеих руках перед собой. 1-2 - наклониться, коснуться мячом пола как можно дальше, 3-4 - выпрямиться, вернуться в И.П. (Повтор: 5 - 6 раз)

4. «Нарисуем круг»: И.П. - стойка на коленях, сидя на пятках, мяч в обеих руках перед собой. 1-4 - прокатить мяч вокруг себя в правую (левую) сторону, перебирая его руками. (Повтор: по 3 раза в каждую сторону). 44

5. «Мяч с горы»: И.П. - сидя, ноги вместе, мяч лежит на стопах ног, руки в упоре сзади. 1-2 - поднять прямые ноги, перекатить мяч на живот и поймать его, 3-4 - вернуться в И.П. (Повтор: 5 - 6 раз) «Прыжки с поворотом»: И.П. - основная стойка, ноги слегка расставлены, мяч в руках у груди. 1 -2 - прыжок на двух ногах с поворотом кругом вправо, 3-4 - пауза, И.П., 5-6 - прыжок с поворотом влево, 7-8 - И.П. (Повтор: 3 - 4 раза в каждую сторону)

### **Подвижные игры с мячом**

**«Жмурки».** На площадке обозначается круг. Один из участников назначается жмуркой. Он встает в центре круга с завязанными платком глазами и поворачивается 2-3 раза на 360°. В это время дети разбегаются по кругу, а жмурка старается, напрягая внимание, уловить передвижение играющих и кого-либо поймать. Играющие же, передвигаясь, не имеют права переступать границу круга. Поймав одного из участников, жмурка передает ему свою роль, а сам становится играющим и т.д. Участник, переступивший черту круга, считается сгоревшим и должен заменить жмурку.

**«Лягушки-квакушки».** На площадке обозначается круг. Дети произвольно занимают места за границей круга. По первому сигналу педагога они собираются в круг, приседают и начинают прыгать, словно лягушки, громко произнося «ква-ква». По второму сигналу дети выбегают из круга, а педагог отмечает тех, кто смог лучше изобразить лягушку, и т.д.

**«Ловкие бегуны».** На площадке обозначается круг. Дети находятся внутри круга. По первому сигналу педагога они начинают перемещаться, не выходя за пределы круга. В то же время дети стараются не столкнуться с кем-либо из играющих. Кто нарушит условия, выходит за круг. По второму сигналу дети приседают на корточки и замирают. Через 10-15 с игра возобновляется и т.д.

**«Слушай сигнал».** На площадке обозначается круг. Играющие размещаются внутри круга. Они свободно передвигаются, изображая различных животных. По звуковому сигналу педагога дети замирают на месте в той позе, в которой их застал сигнал. По второму сигналу занимающиеся вновь расходятся, изображая различных животных, и т.д. Отмечаются дети, сумевшие лучше других изобразить избранное животное.

**«Охотники и утки».** На площадке обозначается квадрат 15\*15 м - это болото. По углам болота встают четверо охотников. Каждый имеет по 3 малых мяча. Остальные играющие размещаются внутри квадрата. Они активно передвигаются, изображая уток и повторяя «кря-кря». По первому звуковому сигналу утки замирают на месте, а охотники бросают в них мячи. «Убитая» утка выходит за пределы квадрата. Утки же увертываются от «выстрелов» охотников, не сходя с места. По второму - утки вновь начинают активно передвигаться по болоту. Периодически охотников заменяют подстреленные утки.

**«Лиса и куры».** На одной стороне зала находится «курятник» (можно использовать гимнастическую скамейку). В «курятнике» на «насесте» сидят «куры». На противоположной стороне зала «нора» лисы. Все свободное место - это двор. Один из играющих назначается лисой, остальные дети - куры. По сигналу воспитателя «куры» прыгают с насеста, бегают по двору, хлопают крыльями, клюют зерна. По сигналу: «Лиса!» - «куры» убегают. «Лиса» старается поймать «кур». Не успевшую спастись «курицу» она уводит в свою нору. Игра возобновляется. Когда «лиса» поймает 2-3 «кур», выбирается другая «лиса». Правило: Лиса может ловить кур, а куры могут взбираться на насест только по сигналу воспитателя «Лиса!».

**«Живая цепь».** Дети встают в колонну, во главе которой находится педагог. Он водит колонну по площадке, меняя направление движения и изображая повадки животных и птиц. Например, «идем, как гуси» (ходьба в полуприседе), «идем, как журавли» (ходьба с

высоким подниманием бедра), «прыгаем, как кенгуру» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед), «полетели, как голуби» (бег с размахиванием руками) и т.д.

### **Технические приемы игры в футбол Удары по мячу ногами**

(Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях» - М.: Советский спорт, 2014 - с. 51).

#### **Техника выполнения удара носком ноги.**

Удар носком ноги выполняется по недвижимому или катящемуся мячу с места или с разбега. Опорная нога ставится сбоку от мяча, а ударная нога в момент замаха согнута в колене. При выполнении удара нога почти выпрямляется. Удар наносится носком в середину мяча. Если мяч нужно послать поверху, то удар наносится ниже середины мяча. Удар по мячу носком придает ему направление полета влево или вправо (рис. 87, стр. 65).

#### **Техника выполнения удара внутренней стороной стопы.**

Опорная нога ставится рядом с мячом. Ее носок должен совпадать с направлением предполагаемого движения мяча. Стопа согнутой в коленном суставе бьющей ноги перед ударом сильно разворачивается наружу и выносится вперед. При соприкосновении стопы с серединой мяча туловище бьющего наклоняется над мячом. Произведя удар, бьющая нога продолжает движение за мячом. При выполнении удара с одного шага разбега опорная нога ставится на специальную разметку рядом с мячом (рис. 68, 69, стр. 52).

#### **Остановка мяча**

(Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях» - М.: Советский спорт, 2014 - с. 66).

**Техника остановки мяча ногой** - достигается уступающим движением той или иной части тела и расслаблением определенных мышечных групп.

**Техника остановки внутренней стороной стопы** - наиболее распространенный способ приема и остановки мяча. При этом слегка согнутая в коленном суставе опорная нога выставляется вперед. Ее носок показывает направление приближающегося мяча. Тяжесть тела переносится на опорную ногу, а останавливающая нога сгибается в коленном суставе. Ее стопа сильно разворачивается наружу, образуя со стопой опорной ноги прямой угол. Таким образом, она слегка подается навстречу приближающемуся мячу. В момент соприкосновения с мячом принимающая нога мягко отводится назад. В результате мяч остается лежать перед игроком (рис. 88, стр.66).

**Техника остановки катящегося мяча подошвой** выполняется, когда тот движется навстречу игроку. Бьющая нога, слегка согнутая в коленном суставе, выносится навстречу приближающемуся мячу. Приподнятый носок и опущенная пятка как бы образуют над мячом косую крышу. Направление носка опорной ноги совпадает с линией движения мяча. При соприкосновении мяча с подошвой нога за счет сгиба в коленном суставе отводится чуть назад и мягко прижимает мяч к поверхности площадки. Туловище при этом немного подается вперед (рис. 89, стр. 68).

#### **Ведение мяча**

(Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях» - М.: Советский спорт, 2014 - с. 73)

#### **Техника ведения мяча внутренней стороной стопы.**

Ведение мяча выполняется серией легких ударов-толчков той или иной частью стопы (внутренней частью подъема или внутренней стороной стопы) в нижнюю часть мяча. Ведение мяча может осуществляться как правой, так и левой ногой. Голова должны быть приподнята, чтобы «видеть поле».

#### **Техника ведения мяча подошвой.**

Осуществляется мягким, скользящим касанием мяча подошвой, что дает возможность легко изменить направление движения, а также надежно контролировать мяч.

## Календарно-тематическое планирование 2 года обучения (5-6 лет)

Планирование для детей 2 года обучения (5-6 лет)				
№ занятия	Задачи	Содержание	Организационно-методические указания	Материал
1	1. Формировать общее представление об игре в футбол 2. Упражнять в выполнении ранее изученных технических приемов. Развивать координацию движений. 3. Воспитывать интерес к игре в футбол, желание заниматься.	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Беседа о футболе.</li> <li>2. Построение в одну шеренгу.</li> <li>3. Подвижная игра «Живая цепь».</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общеразвивающие упражнения: Комплекс ОРУ № 1.</li> <li>2. Основные движения:           <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Упражнения с мячом:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую,</li> <li>- стоя на месте и наступив на мяч подошвой, дети направляют его коротким движением стопы вперед, назад и в стороны, как бы обозначая лепестки ромашки;</li> <li>- ведение мяча по прямой внутренней стороной стопы. По звуковому сигналу дети останавливают мяч подошвой и, продвинув его вперед, вновь выполняют ведение,</li> <li>- передача мяча в парах: встав друг перед другом на расстоянии 3 м, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы низом посылают мяч друг другу в одно касание,</li> <li>- удары по мячу внутренней стороной стопы с забиванием в ворота.</li> </ul> </li> </ol> </li> </ol> <p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба в спокойном темпе по периметру площадки; ходьба по гимнастической скамейке, держа руки в стороны.</li> <li>2. Упражнение на дыхание «Дровосек».</li> </ol> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>с.69 Л.Н.Волошина «Играйте на здоровье» - 1 мин.</p> <p>Обратить внимание на осанку детей.</p> <p>Выполняется правой и левой ногой поочередно. Выполняется ведущей ногой.</p> <p>Обратить внимание на сильный разворот стопы бьющей ноги.</p> <p>Обратить внимание на точность удара (попадание в ворота).</p> <p>Дистанция - 2 круга. По одной стороне зала расположена гимнастическая скамейка.</p>	Футбольные мячи по количеству детей, гимнастическая скамейка.
2	1. Упражнять в выполнении ранее	I. Вводная часть: Построение в одну шеренгу.		Футбольные мячи по

	<p>изученных технических приемов.</p> <p>2. Познакомить с техникой удара внутренней частью подъема с места.</p> <p>Развивать координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать желание осваивать новые технические приемы.</p>	<p>Ходьба обычная в чередовании с ходьбой с высоким подниманием бедра, легким бегом.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Общеразвивающие упражнения: Комплекс ОРУ № 1.</p> <p>2. Основные движения:</p> <p>2.1. Упражнения с мячом:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую,</li> <li>- стоя на месте и наступив на мяч подошвой, дети направляют его коротким движением стопы вперед, назад и в стороны, как бы обозначая лепестки ромашки;</li> <li>- ведение мяча по прямой внутренней стороной стопы. По звуковому сигналу дети останавливают мяч подошвой и, продвинув его вперед, вновь выполняют ведение.</li> </ul> <p>2.2. Удар по мячу внутренней частью подъема с места:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрация педагогом данного технического приема,</li> <li>- стоя на месте, дети выполняют ударное движение ногой без мяча (имитация удара),</li> <li>- стоя на месте, дети выполняют легкий удар по набивному мячу внутренней частью подъема,</li> <li>- встав в 4-5 м от стенки, дети выполняют несильные удары по мячу изучаемым способом. Отраженные от стенки мячи останавливаются внутренней стороной стопы.</li> </ul>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Обратить внимание на осанку детей.</p> <p>Выполняется правой и левой ногой поочередно.</p> <p>Выполняется правой и левой ногой.</p> <p>Цель - создать общее представление о данном приеме.</p> <p>Цель - прочувствовать место нанесения удара подъемом по мячу.</p>	<p>количество детей, набивные мячи, конусы-ориентиры</p>
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба в спокойном темпе по периметру площадки; ходьба «змейкой», обходя конусы, расположенные на расстоянии 1 м друг от друга; легкий бег.</p> <p>Упражнение на дыхание «Гуси летят».</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг. Обратить внимание на согласованное движение рук и ног.</p>	

3	<p>1. Упражнять в выполнении ранее освоенных технических приемов.</p> <p>2. Продолжать знакомить с техникой удара внутренней частью подъема с места.</p> <p>3. Развивать ловкость, зрительно-моторную координацию.</p> <p>4. Воспитывать настойчивость в овладении новыми техническими приемами.</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба обычная в чередовании с легким бегом, бегом с высоким подниманием бедра.</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Общеразвивающие упражнения: Комплекс ОРУ № 1.</p> <p><b>Основные движения:</b> <b>Упражнения с мячом:</b> перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую, стоя на месте и наступив на мяч подошвой, дети направляют его коротким движением стопы вперед, назад и в стороны, как бы обозначая лепестки ромашки; ведение мяча по прямой внутренней стороной стопы ведущей ногой. Остановить мяч подошвой, обратно - ведение другой ногой. <b>Удар по мячу внутренней частью подъема с места:</b> стоя на месте, дети выполняют легкий удар по набивному мячу внутренней частью подъема, Дети делятся на 2 подгруппы: одна подгруппа, встав в 4-5 м от стенки, дети выполняет несильные удары по мячу изучаемым способом. Отраженные от стенки мячи останавливаются внутренней стороной стопы. вторая подгруппа выполняет удары по мячу, направляя его в лежащую на боку гимнастическую скамейку. Отраженные от скамейки мячи останавливаются внутренней стороной стопы</p>	<p>Дистанция - 2 круга. Упражнение заканчивается ходьбой.</p> <p>Обратить внимание на осанку детей.</p> <p>Выполняется правой и левой ногой поочередно. Упражнение выполняется одновременно двумя подгруппами детей. Цель - прочувствовать место нанесения удара подъемом по мячу. Обратить внимание на технику выполнения удара по мячу.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, набивные мячи, конусы - ориентиры, гимнастические скамейки - 2 шт.</p>
		<p><b>III. Заключительная часть:</b> Ходьба в спокойном темпе по периметру площадки; ходьба по гимнастической скамейке, держа руки в стороны.</p>	<p>Дистанция - 1 круг. По двум сторонам зала расположены гимнастические</p>	

		Упражнение на дыхание «Дровосек». Подведение итогов занятия.	скамейки.	
4	<p>1. Упражнять в выполнении ранее освоенных технических приемов.</p> <p>2. Продолжать знакомить с техникой удара внутренней частью подъема с места.</p> <p>3. Развивать ловкость, зрительно-моторную координацию.</p> <p>4. Воспитывать настойчивость в овладении новыми техническими приемами.</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба обычная в чередовании с ходьбой с высоким подниманием бедра, легким бегом.</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Общеразвивающие упражнения: Комплекс ОРУ № 1. Основные движения: Упражнения с мячом: Комбинация упражнений: стоя на месте и наступив на мяч подошвой, дети направляют его коротким движением стопы вперед, назад и в стороны, как бы обозначая лепестки ромашки, в сочетании с перекатыванием мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую, ведение мяча внутренней стороной стопы змейкой между конусами, расставленными по прямой линии на расстоянии 1,5 м друг от друга. Обратно - ведение по прямой, ведение мяча внутренней стороной стопы по кругу вокруг конуса (диаметр круга - 6-7 м). Удар по мячу внутренней частью подъема с места: Дети делятся на 2 подгруппы: одна подгруппа, встав в 4-5 м от стенки, дети выполняют несильные удары по мячу изучаемым способом. Отраженные от стенки мячи останавливаются внутренней стороной стопы. вторая подгруппа выполняет удары по мячу, направляя его в лежащую на боку гимнастическую скамейку. Отраженные от скамейки мячи останавливаются внутренней стороной стопы. удары по мячу внутренней частью подъема в ворота.</p>	<p>Дистанция - 2 круга. Упражнение заканчивается ходьбой.</p> <p>4 перекатывания с одной ноги на другую + упражнение «Ромашка». Упражнение выполняется одновременно двумя подгруппами детей. Правой и левой ногой, смена по сигналу. Обратить внимание на технику выполнения удара по мячу.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы - ориентиры, гимнастическая скамейка, ворота футбольные малые.</p>

		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба в спокойном темпе по периметру площадки; ходьба «змейкой», обходя конусы, расположенные на расстоянии 1 м друг от друга; легкий бег.</p> <p>Упражнение на дыхание «Гуси летят».</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг. Обратить внимание на согласованное движение рук и ног.</p>	
5	<p>1. Упражнять в ведении мяча.</p> <p>2. Продолжать обучать технике выполнения удара по мячу внутренней частью подъема ноги.</p> <p>3. Воспитывать целеустремленность, упорство.</p>	<p>I .Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Ходьба по периметру площадки обычная в чередовании с ходьбой приставным шагом (правым и левым боком) с переходом на легкий бег.</p> <p>Бег змейкой между расставленными через 2м конусами.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>Комплекс ОРУ № 2.</p> <p>Упражнения с мячом:</p> <p>- Комбинация упражнений: стоя на месте и наступив на мяч подошвой, дети направляют его коротким движением стопы вперед, назад и в стороны, как бы обозначая лепестки ромашки; в сочетании с перекатыванием мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую.</p> <p>Удар по мячу внутренней частью подъема с места: Дети делятся на 2 подгруппы: одна подгруппа, встав в 4-5 м от стенки, дети выполняют несильные удары по мячу внутренней частью подъема. Отраженные от стенки мячи останавливаются внутренней стороной стопы. вторая подгруппа выполняет удары внутренней частью подъема по мячу, направляя его в лежащую на боку гимнастическую скамейку. Отраженные от скамейки мячи останавливаются внутренней стороной стопы.</p> <p>удары по мячу внутренней частью подъема с</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>4 перекатывания с одной ноги на другую + упражнение «Ромашка». (повтор комбинации упражнений 4-5 раз).</p> <p>Обратить внимание на закрепление голеностопного сустава бьющей ноги.</p> <p>Удары-толчки выполняются при каждом шаге ведущего.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, шнур (планка), конусы-ориентиры</p>

		места с 4-5 м в стенку так, чтобы мяч проходил под шнуром или планкой, находящимися на высоте 40-50 см от поверхности площадки; ведение мяча по прямой на дистанцию 10-12 м. 4. Подвижная игра «Горелки».		
		III. Заключительная часть: Чередование ходьбы с медленным бегом по периметру зала. Упражнение на дыхание «Журавли». Подведение итогов занятия.	Дистанция - 1 круг.	
6	1. Упражняться в ведении мяча освоенными способами. 2. Развивать умение выполнять удар по мячу внутренней частью подъема ноги. 3. Поддерживать активность и инициативу при выполнении упражнений.	I .Вводная часть: Построение в одну шеренгу. Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с ходьбой на носках, на пятках. Легкий бег с изменением темпа движения (ускорением) на дистанцию 20-30 м.  II. Основная часть: Общеразвивающие упражнения: Комплекс ОРУ № 2. Упражнения с мячом: Удар по мячу внутренней частью подъема с места: - дети встают парами напротив лицом друг другу на расстоянии 5-6 м, у одного из партнеров мяч. Этот ребенок выполняет передачу низом в сторону партнера ударом внутренней частью подъема по неподвижному мячу. Партнер останавливает мяч. После остановки мяча выполняет те же действия при ударе по мячу, что и его партнер, сделавший ему передачу мяча, удары по мячу внутренней частью подъема с места с 6-7 м в стенку так, чтобы мяч проходил под шнуром или планкой, находящимися на высоте 40-50 см от поверхности площадки, ведение мяча змейкой между конусами, расставленными по прямой в 2 м друг от друга, обратно - по прямой.	Дистанция - 1 круг.  Дистанция - 1 круг.	Футбольные мячи по количеству детей, шнур (планка), конусы - ориентиры.  Обратить внимание на технику выполнения удара.  Удары-толчки выполняются при каждом шаге ведущего.

		4. Подвижная игра «Горелки».		
		III. Заключительная часть: Чередование ходьбы с медленным бегом по периметру зала. Упражнения на дыхание «Цапля». Подведение итогов занятия.	Дистанция - 1 круг.	
7	1. Упражнять в ведении мяча. 2. Продолжать обучать технике выполнения удара по мячу внутренней частью подъема ноги. 3. Воспитывать целеустремленность, упорство.	I .Вводная часть: 1. Построение в одну шеренгу. 2. Ходьба по периметру площадки обычная в чередовании с ходьбой приставным шагом (правым и левым боком) с переходом на легкий бег. 3. Бег змейкой между расставленными через 2м конусами.  II. Основная часть: 1. Общеразвивающие упражнения: Комплекс ОРУ № 2. 2. Упражнения с мячом: Удар по мячу внутренней частью подъема с места: - дети встают парами напротив лицом друг другу на расстоянии 5-6 м, у одного из партнеров мяч. Этот ребенок выполняет передачу низом в сторону партнера ударом внутренней частью подъема по неподвижному мячу. Партнер останавливает мяч. После остановки мяча выполняет те же действия при ударе по мячу, что и его партнер, сделавший ему передачу мяча, - удары по мячу внутренней частью подъема с места с 6-7 м в стенку так, чтобы мяч проходил под шнуром или планкой, находящимися на высоте 40-50 см от поверхности площадки, - ведение мяча по диагонали зала ведущей ногой, - ведение мяча змейкой между конусами, расставленными по прямой в 2 м друг от друга. 4. Подвижная игра «Горелки»	Дистанция - 1 круг.  Дистанция - 1 круг.	Футбольные мячи по количеству детей, конусы - ориентиры, шнур (планка)
		III. Заключительная часть:		

		<p>1. Чередование ходьбы с медленным бегом по периметру зала. Упражнения на дыхание «Журавли». Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1,5 круга. Дистанция - 0,5 круга.</p>	
8	<p>1. Упражнять в ведении мяча. 2. Продолжать обучать технике выполнения удара по мячу внутренней частью подъема ноги. 3. Воспитывать целеустремленность, упорство.</p>	<p>I .Вводная часть: 1. Построение в одну шеренгу. 2. Ходьба по периметру площадки обычная в чередовании с ходьбой приставным шагом (правым и левым боком) с переходом на легкий бег. 3. Бег змейкой между расставленными через 2м конусы.</p> <p>II. Основная часть: 1. Общеразвивающие упражнения: Комплекс ОРУ № 2. 2. Упражнения с мячом: Удар по мячу внутренней частью подъема с места: - дети встают парами напротив лицом друг другу на расстоянии 5-6 м, у одного из партнеров мяч. Этот ребенок выполняет передачу низом в сторону партнера ударом внутренней частью подъема по неподвижному мячу. Партнер останавливает мяч. После остановки мяча выполняет те же действия при ударе по мячу, что и его партнер, сделавший ему передачу мяча, удары по мячу внутренней частью подъема с места с 6-7 м в стенку так, чтобы мяч проходил под шнуром или планкой, находящимися на высоте 40-50 см от поверхности площадки, ведение мяча по диагонали зала правой и левой ногой попеременно, - ведение мяча по коридору шириной 1,5 м, обозначенному кубиками. 4. Подвижная игра «Горелки»</p>	<p>Дистанция - 1 круг. Дистанция - 1 круг.</p> <p>4 перекатывания с одной ноги на другую + упражнение «Ромашка». (повтор комплекса 4-5 раз) Удары-толчки выполняются при каждом шаге ведущего.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы-ориентиры, шнур (планка), кубики</p>

		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Чередование ходьбы с медленным бегом по периметру зала.</p> <p>Упражнения на дыхание «Цапля».</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	Дистанция - 1 круг.	
9	<p>1. Упражнять в метании мяча маленького размера с места.</p> <p>2. Продолжать обучать технике выполнения удара по мячу внутренней частью подъема ноги и ведении мяча этим же способом. Развивать силу и ловкость.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих возможностях.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в шеренгу.</p> <p>2. Ходьба по периметру площадки с энергичным взмахом рук, в чередовании с ходьбой с высоким подниманием бедра, на носках, на пятках.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3.</p> <p>1. Метание мяча маленького размера (резинового или теннисного) с места:</p> <p>- дети выстраиваются в шеренгу вдоль одной стороны зала; метают мяч вдали с места, по сигналу (когда все осуществлят бросок), догоняют мяч, возвращаются на место и вновь по сигналу метают мяч.</p> <p>2. Удар по мячу внутренней частью подъема с места:</p> <p>- выполнение ударов по мячу с места с расстояния 2-3 м в стенку с остановкой отраженного от стенки мяча внутренней стороной стопы,</p> <p>- то же, но дети стараются попасть в цель (конус), поставленную перед стенкой.</p> <p>3. Ведение мяча внутренней частью подъема:</p> <p>- ведение мяча по прямой, касаясь мяча внутренней частью подъема при каждом шаге,</p> <p>- произвольное ведение мяча внутренней частью подъема по кругу диаметром 10 м.</p> <p>3. Подвижная игра «Зайцы в огороде».</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба с носка с энергичным взмахиванием рук в чередовании с обычной ходьбой и ходьбой в спокойной манере с закрытыми глазами (6-8 м).</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Обратить внимание на энергичное заключительное движение кистью.</p> <p>Обратить внимание на оттягивание вниз носка бьющей ноги.</p> <p>Дистанция 6-8 м.</p> <p>Обратить внимание На необходимость приподнять при ведении голову.</p>	<p>Футбольные мячи и мячи маленького размера (резиновые или теннисные) по количеству детей, конусы - ориентиры</p>
			Дистанция - 1 круг.	

		3. Подведение итогов занятия		
10	<p>1. Продолжать упражнять в метании мяча маленького размера с места.</p> <p>2. Продолжать обучать технике выполнения удара по мячу внутренней частью подъема ноги и ведении мяча этим же способом. Развивать зрительно - моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать интерес к играм-упражнениям с мячом.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в шеренгу.</li> <li>2. Ходьба по периметру площадки с энергичным взмахом рук, в чередовании с прыжками с продвижением вперед.</li> <li>3. Бег обычный в чередовании с бегом с захлестыванием голени.</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3.</li> <li>1. Метание мяча маленького размера (резинового или теннисного) с места:           <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети, встав в 3 - 4 м перед стенкой, по сигналу выполняют метание мяча в стенку, затем ловят отраженный от стенки мяч и по сигналу вновь выполняют метание.</li> </ul> </li> <li>2. Удар по мячу внутренней частью подъема с места:           <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение ударов по мячу с места с расстояния 45 м в стенку с остановкой отраженного от стенки мяча внутренней стороной стопы,</li> <li>то же, но занимающиеся стараются попасть в цель (набивной мяч), поставленную перед стенкой.</li> </ul> </li> <li>3. Ведение мяча внутренней частью подъема:           <p>ведение мяча по прямой касаясь мяча внутренней частью подъема при каждом шаге, произвольное ведение мяча внутренней частью подъема по кругу диаметром 10 м, обходя в хаотичном порядке расставленные препятствия (набивные мячи).</p> </li> <li>3. Подвижная игра «Зайцы в огороде».</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Обратить внимание На энергичное заключительное движение кистью.</p> <p>Обратить внимание На оттягивание вниз носка бьющей ноги.</p> <p>Дистанция 4-6 м.</p> <p>Обратить внимание на необходимость приподнять при ведении голову.</p>	<p>Футбольные мячи и мячи маленького размера (резиновые или теннисные) по количеству детей, набивные мячи</p>
		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подвижная игра «Светофор».</li> <li>2. Упражнение на дыхание «Ворона».</li> <li>3. Подведение итогов занятия</li> </ol>	<p>Повторить 2-3 раза.</p>	

11	<p>1. Закреплять умение метать мяч маленького размера с места.</p> <p>2. Упражнять в технике выполнения удара по мячу внутренней частью подъема ноги и ведении мяча этим же способом.</p> <p>3. Развивать силу и ловкость.</p> <p>4. Воспитывать целеустремленность.</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Построение в шеренгу. Ходьба по периметру площадки с энергичным взмахом рук, в чередовании с ходьбой с высоким подниманием бедра, на носках, на пятках.</p> <p><b>II. Основная часть:</b> 1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3. Метание мяча маленького размера (резинового или теннисного) с места: дети, встав в 4-5 м перед стенкой, по сигналу выполняют метание мяча в стенку, затем ловят отраженный от стенки мяч и по сигналу вновь выполняют метание. Удар по мячу внутренней частью подъема с места: выполнение ударов по мячу с места с расстояния 5-6 м в стенку с остановкой отраженного от стенки мяча внутренней стороной стопы, выполнение ударов по мячу внутренней частью подъема в ворота, стоя прямо перед воротами. Ведение мяча внутренней частью подъема: - ведение мяча по коридору (из шнурков), касаясь мяча внутренней частью подъема при каждом шаге, - произвольное ведение мяча внутренней частью подъема по диагонали площадки. 3. Подвижная игра «Зайцы в огороде».</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Обратить внимание на энергичное заключительное движение кистью. Обратить внимание на оттягивание вниз носка бьющей ноги.</p> <p>Дистанция 6-8 м.</p> <p>Обратить внимание на необходимость приподнять при ведении голову.</p>	<p>Футбольные мячи и мячи маленького размера (резиновые или теннисные) по количеству детей, ворота футбольные, шнурки</p>
		<p><b>III. Заключительная часть:</b> Ходьба с носка с энергичным взмахиванием рук. Ходьба в спокойной манере с закрытыми глазами - 6-8 м. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 15-20 м. Повторить 2-3 раза</p>	
12	<p>1. Закреплять умение метать мяч маленького размера с места.</p> <p>2. Упражнять в технике выполнения удара по</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> 1. Построение в шеренгу. 2. Ходьба по периметру площадки с энергичным взмахом рук, в чередовании с прыжками с продвижением вперед.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p>	<p>Футбольные мячи и мячи маленького размера (резиновые или</p>

	<p>мячу внутренней частью подъема ноги и ведении мяча этим же способом.</p> <p>3. Развивать координационные способности.</p> <p>4. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p>	<p>3. Бег обычный в чередовании с бегом с захлестыванием голени.</p> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3.</li> <li>1. Метание мяча маленького размера (резинового или теннисного) с места:           <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети, встав в 4-5 м перед стенкой, по сигналу выполняют метание мяча в стенку, затем ловят отраженный от стенки мяч и по сигналу вновь выполняют метание.</li> </ul> </li> <li>2. Удар по мячу внутренней частью подъема с места:           <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение ударов по мячу с места с расстояния 5-6 м в стенку с остановкой отраженного от стенки мяча внутренней стороной стопы,</li> <li>- работа в парах: выполнение удара по мячу внутренней частью подъема при передаче друг другу; партнер останавливает мяч внутренней стороной стопы и затем выполняет удар по мячу внутренней частью подъема, удары по мячу внутренней частью подъема в ворота (со сменой положения перед воротами - прямо перед воротами, с левого угла, с правого угла).</li> </ul> </li> <li>3. Ведение мяча внутренней частью подъема:           <ul style="list-style-type: none"> <li>ведение мяча по коридору (из шнурков), касаясь мяча внутренней частью подъема при каждом шаге,</li> <li>ведение мяча внутренней частью подъема по диагонали площадки, обходя расставленные препятствия (конусы).</li> </ul> </li> <li>3. Подвижная игра «Зайцы в огороде».</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Обратить внимание На энергичное заключительное движение кистью.</p> <p>Обратить внимание На оттягивание вниз носка бьющей ноги.</p> <p>Дистанция 8-10 м.</p> <p>Обратить внимание на необходимость приподнять при ведении голову.</p>	<p>теннисные) по количеству детей, конусы - ориентиры, ворота футбольные, шнурки</p>
		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подвижная игра «Светофор».</li> <li>2. Упражнение на дыхание «Ворона».</li> <li>3. Подведение итогов занятия.</li> <li>4.</li> </ol>	<p>Повторить 2-3 раза.</p>	

13	<p>1. Познакомить с техникой удара по мячу внутренней частью подъема с одного шага разбега.</p> <p>2. Упражнять в технике ведения мяча внутренней частью подъема в сочетании с ведением мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>3. Развивать ловкость, силу.</p> <p>4. Воспитывать стремление овладеть новыми техническими приемами.</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Построение в одну шеренгу.</li> <li>Ходьба в спокойной манере по периметру площадки в чередовании с ходьбой приставным шагом (правым и левым боком).</li> <li>Прыжки на одной ноге на месте, чередуя ноги.</li> </ol> <p><b>II. Основная часть:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Комплекс общеразвивающих упражнений № 4.</li> <li>Основные движения.</li> </ol> <p>2.1. Удар внутренней частью подъема с места и одного шага разбега:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение ударов по мячу с места с расстояния 5- 6 м в стенку с остановкой отраженного от стенки мяча внутренней стороной стопы,</li> <li>- демонстрация педагогом техники выполнения удара по мячу внутренней частью подъема с одного шага разбега,</li> <li>- встав в одном шаге от мяча и наискосок от него, дети выполняют опорной ногой скачок к мячу, наподобие прыжка удлиненным шагом, а затем наносят удар бьющей ногой по мячу внутренней частью подъема,</li> <li>произвольное выполнение изучаемых ударов с одного шага разбега в стенку.</li> </ul> <p>Ведение мяча внутренней частью подъема:</p> <p>работа по подгруппам: ведение мяча по кругу вокруг конусов, касаясь внутренней частью подъема при каждом шаге, ведение мяча внутренней частью подъема и внутренней стороной стопы в квадрате 20*20 м, в котором хаотично начерчены круги диаметром 1 м.</p> <p>Метание мячей маленького размера (резиновых или теннисных) в мишень</p> <p>Подвижная игра «Салки с мячом»..</p>	<p>Дистанция - 1 круг</p> <p>По 10 сек. на каждой ноге.</p>	<p>Футбольные Мячи (резиновые или теннисные) по количеству детей, конусы - ориентиры</p>
		<p><b>III. Заключительная часть:</b></p> <p>Чередование бега в спокойной манере с ходьбой.</p>	<p>Дистанция - 1 круг</p>	

		Упражнение на дыхание «Ножницы». Подведение итогов занятия.		
14	1. Упражнять в технике удара по мячу внутренней частью подъема с одного шага разбега. 2. Продолжать упражнять в технике ведения мяча внутренней частью подъема сочетанием с ведением мяча внутренней стороной стопы. 3. Развивать ориентировку в пространстве. 4. Поддерживать и развивать интерес к упражнениям с мячом.	<p>Вводная часть: Построение в одну шеренгу. Ходьба по периметру площадки с изменением темпа движения. Бег приставными шагами по кругу диаметром 8-10 м с хлопками ладонями над головой. Ходьба в спокойной манере.</p> <p>II. Основная часть: Комплекс общеразвивающих упражнений № 4. Основные движения. Удар внутренней частью подъема с места и одного шага разбега: выполнение ударов по мячу с места с расстояния 6-8 м в стенку с остановкой отраженного от стенки мяча внутренней стороной стопы, встав в одном шаге от мяча и наискосок от него, дети выполняют опорной ногой скачок к мячу, наподобие прыжка удлиненным шагом, а затем наносят удар бьющей ногой по мячу внутренней частью подъема, по подгруппам: первая подгруппа выполняет удары с одного шага разбега в стенку, вторая подгруппа - в ворота. После серии ударов подгруппы меняются местами. Ведение мяча внутренней частью подъема: работа по подгруппам: ведение мяча змейкой вокруг расположенных по прямой конусов, находящихся на расстоянии 2 м друг от друга, касаясь внутренней частью подъема при каждом шаге, ведение мяча внутренней частью подъема и внутренней стороной стопы по площадке, на которой хаотично расположены набивные мячи. Подвижная игра «Салки с мячом».</p> <p>III. Заключительная часть: 11. Чередование бега в спокойной манере с</p>	<p>Дистанция - 1 круг. Дистанция - 1 круг в одну сторону и 1 круг - в другую сторону.</p> <p>Обратить внимание на оттягивание вниз носка бьющей ноги. Опорная нога становится несколько позади и в стороне от мяча на специальную отметку.</p> <p>Обратить внимание на правильную постановку опорной ноги. Каждая подгруппа ведет мяч вокруг своего конуса. Обратить внимание на необходимость приподнять при ведении голову.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p>	Футбольные мячи по количеству детей, конусы - ориентиры, набивные мячи, ворота футбольные

		ходьбой на носках и пятках. Упражнение на дыхание «Ворона». Подведение итогов занятия.		
15	1. Упражнять в технике ведения мяча внутренней частью подъема в сочетании с ведением мяча внутренней стороной стопы, ударах по мячу внутренней частью подъема с одного шага разбега. 2. Развивать ловкость, координацию движений. 3. Поддерживать интерес к игре с мячом.	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу. Ходьба в спокойной манере по периметру площадки в чередовании с ходьбой приставным шагом (правым и левым боком). 3. Прыжки на одной ноге на месте, чередуя ноги.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 4. Основные движения. Ведение мяча внутренней частью подъема в сочетании с ведением мяча носком и внутренней стороной стопы: ведение мяча в кругу диаметром 8-10 м, ведение мяча по коридору шириной 1,5 м и длиной 12 м, устремив взгляд на стойку, стоящую в конце коридора; ведение мяча змейкой вокруг конусов. Работа в парах: передача мяча друг другу - удары по мячу внутренней частью подъема с места и с одного шага разбега. Прыжки на месте на двух и одной ноге на месте и с продвижением вперед. Подвижная игра «Салки с мячом».</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Чередование бега в спокойной манере с ходьбой. 2. Упражнения на дыхание «Ножницы». 3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг</p> <p>По 10 сек. на каждой ноге.</p> <p>При ведении мяча держать голову приподнятой. Обратить внимание на технику выполнения удара по мячу.</p> <p>Дистанция - длина площадки.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	Футбольные мячи на каждого ребенка, конусы - ориентиры, стойки
16	1. Упражнять в технике ведения мяча внутренней частью подъема в сочетании с ведением мяча внутренней стороной	I. Вводная часть:	Дистанция - 1 круг.	Футбольные мячи на каждого ребенка, конусы - ориентиры, стойки, ворота футбольные

	<p>стопы, ударах по мячу внутренней частью подъема с одного шага разбега в разных условиях.</p> <p>2. Развивать зрительно - моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать выносливость.</p>	<p>с ходьбой в спокойной манере.</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Комплекс общеразвивающих упражнений № 4. Основные движения. Ведение мяча внутренней частью подъема в сочетании с ведением мяча носком и внутренней стороной стопы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ведение мяча в кругу диаметром 8-10 м, обходя хаотично расставленные конусы,</li> <li>- ведение мяча по коридору шириной 1 м и длиной 12 м, устремив взгляд на стойку, стоящую в конце коридора,</li> <li>- ведение мяча по изломанному коридору шириной 2 м и длиной 15-18 м.</li> </ul> <p>2.2. Работа в парах: передача мяча друг другу – удары по мячу внутренней частью подъема с места и с одного шага разбега. Остановка мяча внутренней частью стопы или подошвой.</p> <p>2.3. Удары по мячу внутренней частью подъема с места и с одного шага разбега в ворота.</p> <p>3. Подвижная игра «Салки с мячом».</p>	<p>При ведении мяча держать голову приподнятой.</p> <p>Обратить внимание на технику выполнения удара по мячу и остановки мяча.</p> <p>Обратить внимание на точность удара.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p><b>III. Заключительная часть:</b></p> <p>11. Чередование бега в спокойной манере с ходьбой на носках и пятках. Упражнение на дыхание «Ворона».</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p>	
17	<b>Промежуточная аттестация</b>			
18	<p>1. Познакомить детей с техникой ведения мяча подошвой.</p> <p>2. Упражнять в ведении мяча, ударах по мячу ранее изученными способами.</p> <p>3. Поддерживать проявления активности,</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба по периметру площадки с изменением темпа движения и прыжками поочередно на одной и другой ноге. Ходьба в полуприседе (8 м) в сочетании с ходьбой в спокойной манере (10 м) и т.д. Бег в парах наперегонки на дистанции 10 м</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повторить 2 раза.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, стойки, шнурсы, ворота футбольные</p>

	инициативы детей.	<p><b>II. Основная часть:</b> Комплекс общеразвивающих упражнений № 5. Основные движения. Ведение мяча подошвой: - встав на мяч подошвой бьющей ноги, дети по звуковому сигналу движением ноги направляют мяч, не отрывая подошвы от него, вперед, в сторону, назад, - в 10 м от каждого занимающегося устанавливается стойка. Дети подошвой ведут мяч к стойке, обводят ее, а затем ведут мяч на исходную позицию, - дети осуществляют ведение мяча подошвой по коридору шириной 2 м и длиной 10 м, дети выполняют ведение мяча по диагонали площадки, удары по мячу внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема в ворота. 3. Подвижная игра «Охотники и утки».</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> 1. Чередование ходьбы в спокойной манере (8-10 м) с ходьбой скрестным шагом (6-8 м) и т.д. Упражнение на дыхание «Вырасти большой». Подведение итогов занятия.</p>	<p>Вес тела переносится на опорную ногу. Выполнять ведение с приподнятой головой.</p> <p>Повторить 2 раза.</p> <p>Выполнить 3-4 попытки.</p> <p>Обратить внимание на точность удара по мячу.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
19	1. Познакомить детей с техникой ведения мяча подошвой. 2. Упражнять в ведении мяча, ударе по мячу ранее изученными способами. 3. Поддерживать проявления активности, инициативы детей.	<p><b>I. Вводная часть:</b> 1. Построение в одну шеренгу. 2. Сочетание обычной ходьбы с ходьбой на носках и пятках, с прыжками на двух ногах с продвижением вперед. 3. Чередование бега в среднем темпе с бегом с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени.</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Комплекс общеразвивающих упражнений № 5. Основные движения. 2.1. Ведение мяча подошвой: - встав на мяч подошвой бьющей ноги, дети по</p>	<p>Дистанция - 1 круг. Соблюдать правильную осанку.</p> <p>Дистанция - 1 круг. Дыхание произвольное.</p> <p>Дистанция - 1 круг. Дыхание произвольное.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, стойки, шнурсы, ворота футбольные</p>

		<p>звуковому сигналу движением ноги направляют мяч, не отрывая подошвы от него, вперед, в сторону, назад, в 10 м от каждого занимающегося устанавливается стойка. Дети подошвой ведут мяч к стойке, обводят ее, а затем ведут мяч на исходную позицию,</p> <p>дети осуществляют ведение мяча подошвой по коридору шириной 1,5 м и длиной 10 м,</p> <p>дети выполняют ведение мяча по коридору, изображеному двумя концентрическими кругами соответственно диаметром 10 и 8 м,</p> <p>удары по мячу внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема с места и одного шага разбега в ворота.</p> <p>3. Подвижная игра «Охотники и утки».</p>	<p>ведение с приподнятой головой.</p> <p>Повторить 2 раза.</p> <p>Выполнить 3-4 попытки.</p> <p>Задача: не выходить за пределы коридора.</p> <p>Обратить внимание на точность удара по мячу.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Чередование обычной ходьбы по периметру площадки с ходьбой с закрытыми глазами (5-6 м).</li> <li>2. Ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стоп.</li> <li>3. Упражнение на дыхание «Сердитый ежик».</li> <li>4. Подведение итогов занятия.</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг. Соблюдать правильную осанку.</p>	
20	<p>1. Упражнять в технике удара по мячу внутренней частью подъема с 2-3 шагов разбега.</p> <p>2. Упражнять в технике ведения мяча подошвой. Развивать зрительно-моторную координацию, ловкость.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Ходьба по периметру площадки с изменением темпа движения и прыжками поочередно на одной и другой ноге.</li> <li>3. Ходьба в полуприседе (8 м) в сочетании с ходьбой в спокойной манере (10 м) и т.д.</li> <li>4. Бег в парах наперегонки на дистанции 10 м</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повторить 2 раза.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, стойки, шнуры, конусы-ориентиры</p>

	3. Воспитывать интерес к результативным действиям с мячом.	<p>II. Основная часть:1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</p> <p>2. Основные движения.</p> <p>2.1. Удар по мячу внутренней частью подъема с двух-трех шагов разбега: выполнение ударов в стенку с одного шага разбега с расстояния 5-6 м, выполнение ударов в стенку с 2-3 шагов разбега.</p> <p>2.2. Ведение мяча подошвой: встав на мяч подошвой бьющей ноги, дети по звуковому сигналу движением ноги направляют мяч, не отрывая подошвы от него, вперед, в сторону, назад, в 10 м от каждого занимающегося устанавливается стойка. Дети подошвой ведут мяч к стойке, обводят ее, а затем ведут мяч на исходную позицию, дети осуществляют ведение мяча подошвой по коридору шириной 1,5 м и длиной 10 м, ведение мяча подошвой, по пути обходя расставленные через каждые 3 м конусы, ведение мяча различными способами с обводкой стоек, расставленных хаотично в круге диаметром 810 м.</p> <p>3. Подвижная игра «Салки с мячом».</p>	<p>На площадке около мяча обозначается место постановки опорной ноги, а также наискосок от мяча проводится линия разбега. Дистанция - 12 м. Обратить внимание на мягкие движения стопы.</p> <p>При ведении держать голову приподнятой. То же</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть: Чередование ходьбы в спокойной манере (8-10 м) с ходьбой скрестным шагом (6-8 м) и т.д. Упражнение на дыхание «Вырасти большой». Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг. Соблюдать правильную осанку.</p>	
21	<p>1. Упражнять в технике удара по мячу внутренней частью подъема с 2-3 шагов разбега.</p> <p>2. Упражнять в технике ведения мяча подошвой.</p> <p>3. Развивать зрительно-моторную</p>	<p>I. Вводная часть: Построение в одну шеренгу. Сочетание обычной ходьбы с ходьбой на носках и пятках, с прыжками на двух ногах с продвижением вперед. Чередование бега в среднем темпе с бегом с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени</p> <p>II. Основная часть:</p>	<p>Дистанция - 1 круг. Дыхание произвольное.</p> <p>Дистанция - 1 круг. Дыхание произвольное.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, стойки, шнурки, конусы-ориентиры</p>

	<p>координацию, ловкость.</p> <p>4. Воспитывать интерес к результативным действиям с мячом.</p>	<p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</p> <p>2. Основные движения.</p> <p>2.1. Удар по мячу внутренней частью подъема с двух-трех шагов разбега:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение ударов в стенку с одного шага разбега с расстояния 5-6 м,</li> <li>- выполнение ударов в стенку с 2-3 шагов разбега.</li> </ul> <p>2.2. Ведение мяча подошвой:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- встав на мяч подошвой бьющей ноги, дети по звуковому сигналу движением ноги направляют мяч, не отрывая подошвы от него, вперед, в сторону, назад,</li> <li>- в 10 м от каждого занимающегося устанавливается стойка. Дети подошвой ведут мяч к стойке, обводят ее, а затем ведут мяч на исходную позицию,</li> <li>дети осуществляют ведение мяча подошвой по коридору шириной 1,5 м и длиной 10 м, ведение мяча подошвой, по пути обходя расставленные через каждые 3 м конусы, ведение мяча различными способами с обводкой стоек, расставленных хаотично в круге диаметром 810 м;</li> <li>ведение мяча различными способами, стараясь не столкнуться с партнерами на ограниченной площадке (круг или квадрат).</li> </ul> <p>3. Подвижная игра «Салки с мячом».</p>	<p>На площадке около мяча обозначается место постановки опорной ноги, а также наискосок от мяча проводится линия разбега.</p> <p>Дистанция - 12 м.</p> <p>Обратить внимание на мягкие движения стопы.</p> <p>При ведении держать голову приподнятой.</p> <p>То же.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Чередование обычной ходьбы по периметру площадки с ходьбой с закрытыми глазами (5-6 м). Ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стоп.</p> <p>Упражнение на дыхание «Сердитый ежик».</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Соблюдать правильную осанку.</p>	
22	1. Упражнять в технике удара по мячу	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p>		Футбольные мячи, мячи

	<p>внутренней частью подъема с разбега.</p> <p>2. Развивать ловкость, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать настойчивость в овладении техническими приемами.</p>	<p>2. Ходьба по периметру площадки обычная в чередовании с прыжками на одной и двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>3. Чередование бега в медленном темпе с быстрой ходьбой и прыжками на двух ногах.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 6.</p> <p>1. Удары по мячу внутренней частью подъема с разбега:</p> <p>выполнение ударов в стенку с одного шага разбега с расстояния 4-5 м,</p> <p>выполнение ударов в стенку с 1-2 шагов разбега, встав с мячом в руках в 5-6 м перед стенкой, дети рукой прокатывают мяч немного вперед - в сторону, делают рывок за уходящим мячом и совершают удар в стенку,</p> <p>- по подгруппам: то же, но удар выполняется в ворота.</p> <p>2. Метание мяча маленького размера (резинового или теннисного) с места в цель (квадрат 1*1 м), обозначенную горизонтально на площадке.</p> <p>3. Подвижная игра «Салки с мячом»</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Разбег осуществляется по дуге.</p> <p>Каждая подгруппа выполняет удар в свои ворота.</p> <p>Дистанция 4-5 м.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	<p>маленького размера (резиновые или теннисные) по количеству детей, ворота футбольные, шнурсы, гимнастические скамейки</p>
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба: на носках, пятках, внешней и внутренней сторонах стоп,</p> <p>ходьба по шнуре, приставляя пятку одной ноги к носку другой; руки держать на поясе,</p> <p>ходьба по гимнастической скамейке, держа руки на затылке.</p> <p>Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Длина шнура - 3-4 м.</p> <p>Повторить 2 раза.</p>	
23	<p>1. Продолжать упражняться в технике удара по мячу внутренней частью подъема с разбега.</p> <p>2. Развивать координацию</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Ходьба обычная по периметру площадки в сочетании с ходьбой на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стоп.</p> <p>Упражнения в положении лежа:</p> <p>лежа на спине, руки в стороны, дети поднимают и</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 5-6 раз.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, ворота футбольные</p>

	<p>движений.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих возможностях.</p>	<p>опускают ноги, лежа на животе, дети поднимают ноги вверх и, подержав их в таком положении, медленно опускают, лежа на спине, дети выполняют движение ногами, как при езде на велосипеде.</p> <p>Медленный бег по кругу с сочетанием прыжков на одной и двух ногах с продвижением вперед.</p>	Дистанция - 1 круг.	
		<p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 6.</p> <p>1. Удары по мячу внутренней частью подъема с разбега:</p> <p>выполнение ударов в стенку с одного шага разбега с расстояния 5-6 м,</p> <p>выполнение ударов в стенку с 2-3 шагов разбега.</p> <p>встав с мячом в руках в 7-8 м перед стенкой, дети рукой прокатывают мяч немного вперед - в сторону, делают рывок за уходящим мячом и совершают удар в стенку, - по подгруппам: то же, но удар выполняется в ворота.</p> <p>2. Бросание мяча друг другу в парах из-за головы, от груди, снизу.</p> <p>3. Подвижная игра «Салки с мячом»</p>	<p>Разбег осуществляется по дуге.</p> <p>Дистанция между партнерами 4-6 м.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба на месте с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени.</p> <p>Упражнение на дыхание «Аист».</p> <p>Подведение итогов занятия</p>	Повтор: 2-3 раза.	
24	<p>1. Упражнять в технике ведения мяча, сочетая разные способы.</p> <p>2. Продолжать упражнять в технике ударов по мячу с места и с разбега внутренней частью подъема.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба по периметру площадки обычная в чередовании с прыжками на одной и двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>3. Чередование бега в медленном темпе с быстрой ходьбой и прыжками на двух ногах.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, стойки, ворота футбольные</p>
		<p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 6.</p>	Дистанция - 1 круг.	

	<p>2. Развивать ловкость, внимание.</p> <p>3. Воспитывать желание точно выполнять технические приемы.</p>	<p>2. Основные движения.</p> <p>2.1. Ведение мяча, сочетаая различные способы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ведение мяча по периметру площадки, сочетаая ведение внутренней частью подъема и внутренней частью стопы,</li> </ul> <p>Работа по подгруппам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 подгруппа: ведение мяча змейкой, сочетаая различные способы, по прямой, сооруженной из 5-6 стоек,</li> <li>2 подгруппа: ведение мяча по кругу вокруг стойки. После выполнения упражнения подгруппы меняются местами.</li> </ul> <p>2.2. Удары с места и с разбега по мячу внутренней частью подъема в цель: удары по мячу с места в стенку, - то же, но удар выполняется с разбега,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- то же, но удар выполняется после ведения мяча по прямой на расстоянии 8-10 м.</li> </ul> <p>3. Подвижная игра «Салки с мячом».</p>	<p>Держать голову приподнятой; придавать мячу вращательные движения.</p> <p>То же. Дистанция 12-15 м. Повторить 2 раза. Расстояние - 6 м.</p> <p>Разбег к мячу осуществлять по дуге.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на носках, пятках, внешней и внутренней сторонах стоп,</li> <li>- ходьба по шнуре, приставляя пятку одной ноги к носку другой; руки держать на пояссе,</li> <li>- ходьба по гимнастической скамейке, держа руки на затылке.</li> </ul> <p>2. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Длина шнура - 3-4 м.</p> <p>Повторить 2 раза.</p>	
25	<p>1. Продолжать упражняться в технике ведения мяча, сочетаая разные способы.</p> <p>2. Продолжать упражняться в технике ударов по мячу с места и с разбега внутренней частью</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба обычная по периметру площадки в сочетании с ходьбой на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стоп.</p> <p>3. Упражнения в положении лежа:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- лежа на спине, руки в стороны, дети поднимают и опускают ноги,</li> </ul>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 5-6 раз.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, стойки</p>

	подъема в разных условиях. 3. Развивать координацию движений. 4. Воспитывать уверенность в своих возможностях.	- лежа на животе, дети поднимают ноги вверх и, подержав их в таком положении, медленно опускают, - лежа на спине, дети выполняют движение ногами, как при езде на велосипеде. 4. Медленный бег по кругу с сочетанием прыжков на одной и двух ногах с продвижением вперед.	Дистанция - 1 круг.	
		II. Основная часть: Комплекс общеразвивающих упражнений № 6. 1. Ведение мяча, сочетаая различные способы: - ведение мяча по кругу диаметром 3 м, сочетаая ведение внутренней частью подъема и внутренней частью стопы, ведение мяча змейкой, сочетаая различные способы (подошвой, внутренней частью подъема, внутренней частью стопы), по ломаной трассе, сооруженной из 56 стоек, то же, но каждую стойку дети обводят кругом. Удары с места и с разбега по мячу внутренней частью подъема в цель: удары по мячу с места в мишень, изображенную на стенке, то же, но удар выполняется с разбега, то же, но удар выполняется после ведения мяча по прямой на расстоянии 8-10 м. Подвижная игра «Салки с мячом».	Держать голову приподнятой; придавать мячу вращательные движения.  То же. Дистанция - 12-15 м. Повторить 2 раза. Расстояние - 6 м.  Разбег к мячу осуществлять по дуге. То же.	
		III. Заключительная часть: Ходьба на месте с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени. Упражнение на дыхание «Аист». Подведение итогов занятия	Повтор: 2-3 раза.	
26	<b>Промежуточная аттестация</b>			
27	1. Упражнять в передаче мяча с остановкой	I. Вводная часть: 1. Построение в шеренгу. 2. Ходьба обычная по периметру площадки в	Дистанция – 1 круг	Футбольные мячи по количеству

	<p>изучаемыми способами и в одно касание внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема.</p> <p>2. Упражнять в технике ведения мяча различными способами с последующим ударом в цель.</p> <p>3. Развивать ловкость, быстроту.</p> <p>4. Воспитывать волевые качества</p>	<p>чередованием с ходьбой с перешагиванием через препятствия (кубики), в полуприседе.</p> <p>3. Подвижная игра «Круг-кружочек».</p> <p><b>II. Основная часть:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 7.</li> <li>2. Основные движения - упражнения с мячом.</li> </ol> <p>2.1. Передачи мяча в одно касание внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: встав в 4-5 м друг против друга, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы посылают мяч низом друг другу в одно касание,</li> <li>- то же, но расстояние между партнерами увеличивается до 7 м, а удар выполняется внутренней частью подъема,</li> <li>- то же, но между партнерами из стоек сооружаются ворота шириной 2 м, в которые играющие стараются попасть при выполнении передач.</li> </ul> <p>2.2. Ведение мяча различными способами с последующим ударом в цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ведение мяча по диагонали площадки, сочетая ведение внутренней частью подъема и внутренней частью стопы,</li> <li>- ведение мяча змейкой, сочетая различные способы, по ломаной трассе, сооруженной из 5-6 стоек,</li> </ul> <p>дети ведут мяч по прямой, останавливают мяч подошвой, затем подталкивают его чуть вперед и с разбега наносят удар в малые ворота,</p> <p>то же, но ведение осуществляется с обводкой стоек, расположенных через каждые 2 м.</p> <p>3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	<p>Обратить внимание на осанку детей.</p> <p>Удар осуществляется посередине мяча.</p> <p>Остановка мяча осуществляется тем же способом.</p> <p>То же.</p> <p>Дистанция - 8-10 м.</p> <p>Разбег к мячу осуществляется по дуге. Дистанция - 12 м.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	<p>детей, кубики, конусы-ориентиры, стойки, ворота футбольные</p>
		<p><b>III. Заключительная часть:</b></p> <p>Бег по периметру площадки, перепрыгивая через расположенные на пути препятствия (мячи).</p> <p>Ходьба обычная.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p>	

		Упражнение на дыхание «Жук». Подведение итогов занятия	Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	
28	<p>1. Продолжать упражнять в передаче мяча с остановкой изучаемыми способами и в одно касание внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема.</p> <p>2. Продолжать упражнять в технике ведения мяча различными способами с последующим ударом в цель.</p> <p>3. Развивать реакцию на сигнал.</p> <p>4. Воспитывать настойчивость в овладении техническими приемами.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба по периметру площадки с перешагиванием через 6-8 фишек-островков, установленных на расстоянии 0,5 м друг от друга.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах через канат справа и слева, продвигаясь вперед</p> <p>II. Основные движения - упражнения с мячом.</p> <p>2.1. Передачи мяча в одно касание внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: встав в 4-5 м друг против друга, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы посыпают мяч низом друг другу в одно касание,</li> <li>- то же, но расстояние между партнерами увеличивается до 7 м, а удар выполняется внутренней частью подъема,</li> <li>- то же, но между партнерами из стоек сооружаются ворота шириной 1,5 м, в которые играющие стараются попасть при выполнении передач.</li> </ul> <p>2.2. Ведение мяча различными способами с последующим ударом в цель: ведение мяча по кругу диаметром 3 м, сочетая ведение внутренней частью подъема и внутренней частью стопы, ведение мяча змейкой, сочетая различные способы, по ломаной трассе, сооруженной из 5-6 стоек, каждую стойку дети обводят кругом,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети ведут мяч по прямой, останавливают мяч подошвой, затем подталкивают его чуть вперед и с разбега наносят удар в малые ворота,</li> <li>- то же, но ведение осуществляется с обводкой стоек, расположенных через каждые 2 м.</li> </ul> <p>3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Обратить внимание на высокое поднимание бедер при перешагивании фишек-островков.</p> <p>Дистанция - 5-6 м</p> <p>Удар осуществляется посередине мяча.</p> <p>Остановка мяча осуществляется тем же способом.</p> <p>То же.</p> <p>Дистанция - 8-10 м.</p> <p>Разбег к мячу осуществляется по дуге.</p> <p>Дистанция - 12 м.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, фишки-островки, канат, гимнастическая скамейка</p>

		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс. На середине скамейки остановиться, выполнить хлопок в ладоши перед собой и продолжить движение. Подвижная игра «Слушай сигнал». Подведение итогов занятия.</p>	<p>Повтор: 2 раза.</p> <p>Обратить внимание на осанку детей, голову держать прямо.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
29	<p>1. Упражнять в передаче мяча с остановкой изучаемыми способами и в одно касание внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема.</p> <p>3. Упражнять в технике ведения мяча различными способами с последующим ударом в цель. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в шеренгу.</p> <p>Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с ходьбой с перешагиванием через препятствия (кубики), в полуприседе.</p> <p>Подвижная игра «Круг-кружочек».</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 7.</p> <p>Основные движения.</p> <p>2.1. Ведение мяча изучаемыми способами:</p> <p>- дети делятся на две группы, которые встают за лицевыми линиями площадки. Каждый участник имеет по мячу. По сигналу игроки ведут мячи к противоположной лицевой линии, стараясь не столкнуться с игроками другой группы и не коснуться своим мячом чужого мяча.</p> <p>Игровое упражнение 3*3 с воротами шириной 2 м, сооруженными из конусов.</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Бег по периметру площадки, перепрыгивая через расставленные на пути препятствия (мячи).</p> <p>Ходьба обычная.</p> <p>Упражнение на дыхание «Жук».</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг. Обратить внимание на осанку детей.</p> <p>Отмечается группа, игроки которой сделали меньше ошибок.</p> <p>Повторить 2 раза</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, кубики, стойки, ворота футбольные, конусы</p>
30	<p>1. Продолжать упражнять в передаче мяча с остановкой изучаемыми способами и в одно касание внутренней стороной</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Ходьба по периметру площадки с перешагиванием через 6-8 фишек-островков, установленных на расстоянии 0,5 м друг от друга.</p> <p>Прыжки на двух ногах через канат справа и слева,</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Обратить внимание на высокое поднимание бедер при перешагивании фишек-</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, фишки-островки, ворота</p>

	<p>стопы и внутренней частью подъема.</p> <p>3. Продолжать упражнять в технике ведения мяча различными способами с последующим ударом в цель. Развивать силу, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать осознанное отношение к выполняемым действиям.</p>	<p>продвигаясь вперед</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Комплекс общеразвивающих упражнений № 7. Основные движения. Ведение мяча изучаемыми способами: дети делятся на две группы, которые встают за лицевыми линиями площадки. Каждый участник имеет по мячу. По сигналу игроки ведут мячи к противоположной лицевой линии, стараясь не столкнуться с игроками другой группы и не коснуться своим мячом чужого мяча.</p> <p>3. Игровое упражнение 3*3 с воротами футбольными малыми.</p>	<p>островков. Дистанция - 5-6 м</p> <p>Отмечается группа, игроки которой сделали меньше ошибок.</p> <p>Повторить 2 раза</p>	<p>футбольные, гимнастическая скамейка</p>
		<p><b>III. Заключительная часть:</b> Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс. На середине скамейки остановиться, выполнить хлопок в ладоши перед собой и продолжить движение.</p> <p>Подвижная игра «Слушай сигнал».</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Повтор: 2 раза. Обратить внимание на осанку детей, голову держать прямо.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
31	<p>1. Упражнять в передаче, ведении, остановке, ударах по мячу.</p> <p>2. Развивать координационные способности.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Построение в колонну по одному. Ходьба по периметру площадки в колонне по одному, перестроение в пары в движении. Бег с изменением темпа движения по сигналу педагога.</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Комплекс общеразвивающих упражнений № 8. Основные движения: Ведение и остановка мяча: дети ударом внутренней стороной стопы посыпают мяч низом вперед на 4-5 м, затем делают рывок к уходящему мячу и выполняют ведение мяча и т.д., дети выполняют ведение мяча по прямой, периодически имитируя его остановку подошвой,</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Обратить внимание на технику ведения и остановки мяча.</p> <p>Расстояние между детьми 6-7 м</p>	

		<p>и т.д.</p> <p>2.2. Удары по мячу: дети упражняются в парах. Партнеры встают друг против друга. Один из них рукой накатывает мяч товарищу, а тот ударом внутренней частью подъема посыпает его обратно. Подающий ловит мяч и опять накатывает его партнеру и т.д. Периодически игроки меняются ролями.</p> <p>3. Игровое упражнение 3*3 с воротами футбольными малыми.</p> <p>Подвижная игра «Салки с мячом».</p>		
		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба и бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени.</li> <li>Упражнение на дыхание «Часики».</li> <li>Подведение итогов занятия</li> </ol>	Дистанция - 1 круг.	
32	<p>1. Продолжать упражнять в передаче, ведении, остановке, ударах по мячу.</p> <p>2. Развивать ловкость, силу, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать интерес к командной игре.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Бег в умеренном темпе.</p> <p>Ходьба в чередовании с прыжками в движении, отталкиваясь поочередно каждой ногой, перепрыгивая через шнурсы, расположенных на расстоянии 1-1,5 м друг от друга.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 8.</p> <p>Основные движения:</p> <p>Ведение, остановка и удар по мячу:</p> <p>на площадке размечается круг диаметром 8 м. Педагог с мячом встает в середину круга. Дети размещаются равномерно по кругу. Педагог поочередно посыпает мяч низом ударом внутренней стороной стопы поочередно каждому занимающемуся. Принимающий мяч делает шаг вперед и таким способом возвращает мяч обратно педагогу и т.д.,</p> <p>дети упражняются в парах. Один из них выполняет роль подающего мяч, а другой - роль бьющего. Последний встает в 8-9 шагах напротив</p>	<p>Дистанция - 1/2 круга.</p> <p>Дистанция - 1/2 круга. 6-8 шнурков.</p> <p>Повторить 2 раза.</p> <p>Обратить внимание на технику выполнения действий с мячом.</p>	Футбольные мячи по количеству детей, шнурки, ворота футбольные

		<p>стенки, расставив ноги. Подающий встает позади него с мячом. Он накатывает его между ног партнера. Когда мяч прокатится вперед некоторое расстояние, бьющий с 2-3 шагов разбега ударом по уходящему мячу внутренней частью подъема посыпает его в стенку. После этого отраженный от стенки мяч возвращается подающему и упражнение повторяется. Подающий старается направлять мяч между ног партнера так, чтобы он катился несколько по диагонали от бьющего. В ходе выполнения упражнения дети периодически меняются ролями,</p> <p>- дети разбиваются на тройки. В каждой тройке имеется мяч. Партнеры образуют треугольник со сторонами 4-5 шагов. Игрок, имеющий мяч, поочередно ударом внутренней стороной стопы низом посыпает мяч свободному партнеру. Тот принимает мяч тем же способом и также ударом посыпает его другому игроку.</p> <p>3. Игровое упражнение 3*3 с воротами футбольными малыми.</p>		
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Игра «Живая цепь».</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
33	<p>1. Закреплять умение выполнять передачу, ведение, остановку, удары по мячу ранее освоенными способами.</p> <p>3. Развивать координационные способности.</p> <p>3. Воспитывать чувство радости от успешных игровых действий.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в колонну по одному.</p> <p>Ходьба по периметру площадки в колонне по одному, перестроение в пары в движении.</p> <p>Бег с изменением темпа движения по сигналу педагога</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 8.</p> <p>Основные движения:</p> <p>Ведение, остановка и удар по мячу:</p> <p>- Дети (каждый с мячом) принимают положение ноги врозь. По сигналу они выполняют перекатывание мяча внутренней стороной стопы</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, ворота футбольные</p>

		<p>с ноги на ногу, постепенно увеличивая амплитуду движения мяча, выполняя для этого выпады влево, вправо, назад, на площадке размечается круг диаметром 8 м. Педагог с мячом встает в середину круга. Дети перемещаются по кругу по ходу часовой стрелки, а педагог посыпает мяч на ход бегущему. Игрок ударом ноги возвращает мяч обратно педагогу. Периодически направление движения меняется, дети встают в колонну по одному. В 4-5 шагах от колонны обозначается линия. В трех шагах от нее с мячом занимает место педагог. По сигналу впереди стоящий игрок бежит вперед, а педагог низом посыпает ему мяч. Остановив мяч подошвой, игрок ударом внутренней стороной стопы посыпает мяч обратно, а сам перемещается в конец колонны. Теперь упражнение выполняет второй номер и т.д.</p> <p>3. Игровое упражнение 3*3 с воротами футбольными малыми.</p>		
		<p>III. Заключительная часть: Ходьба и бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени. Упражнение на дыхание «Часики». Подведение итогов занятия</p>	Дистанция - 1 круг.	
34-35	<p>1. Закреплять умение выполнять ранее изученные технические приемы в разных условиях.</p> <p>3. Развивать координационные способности.</p> <p>3. Воспитывать чувство команды</p>	<p>I. Вводная часть: Бег в умеренном темпе. Ходьба в чередовании с прыжками в движении, отталкиваясь поочередно каждой ногой, перепрыгивая через шнурсы, расположенных на расстоянии 1-1,5 м друг от друга.</p> <p>II. Основная часть: Комплекс общеразвивающих упражнений № 8. Основные движения: Ведение, остановка и удар по мячу: - дети упражняются в парах. Они встают в затылок</p>	<p>Дистанция - 1/2 круга. Дистанция - 1/2 круга. 6-8 шнурков. Повторить 2 раза.</p> <p>Обратить внимание на технику выполнения</p>	Футбольные мячи по количеству детей, шнурсы, ворота футбольные

		<p>друг к другу. Головной игрок имеет мяч. По сигналу он устремляется вперед, выполняя ведение мяча. Внезапно он останавливает мяч подошвой, а сам продолжает бег без мяча. Бегущий за ним партнер подхватывает мяч и на скорости ведет его, обгоняя первого. Пройдя несколько метров, он также останавливает мяч подошвой, продолжив движение без мяча вперед, и т.д.,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети упражняются в парах. Каждый партнер имеет мяч. Они встают друг против друга и выполняют передачи мяча друг другу с предварительной остановкой или же в одно касание низом так, чтобы мячи не сталкивались по ходу передачи,</li> <li>- дети встают по кругу. В середине круга занимает место педагог. По сигналу дети в легком темпе начинают передвигаться по кругу. Педагог поочередно низом направляет мяч бегущим на ход. Те ударом внутренней частью подъема дальней ноги возвращают мяч в середину круга и т.д. Периодически направления перемещения меняется.</li> </ul> <p>3. Игровое упражнение 3*3 с воротами футбольными малыми.</p>	<p>действий с мячом.</p> <p>Расстояние между детьми 5-6 м.</p> <p>Диаметр круга 6-8 шагов.</p>	
		<p>III. Заключительная часть: Игра «Живая цепь». Подведение итогов занятия.</p>	<p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
36	<b>Промежуточная аттестация</b>			

#### **Комплексы общеразвивающих упражнений Комплекс ОРУ № 1:**

1. И.П. - О.с., ноги на ширине плеч, руки вниз. 1-2 - поднять руки вверх, потянуться за руками, встать на носки, 3-4 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)
2. И.П. - О.с., ноги на ширине плеч, руки на пояссе. 1-2 - наклон туловища вперед, руки вытянуть вперед, 3-4 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)
3. И.П. - О.с., ноги на ширине плеч, руки на пояссе. 1- наклон вправо, 2- И.П., 3 - наклон влево, 4 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)
4. И.П. - О.с., ноги на ширине плеч, руки вниз. 1-2 - присесть, руки вперед, 3-4 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)
5. И.П. - О.с., ноги вместе, руки вниз. 1-4 - прыжки - ноги вместе, врозь. (Повтор: 8-10 раз)

6. Ходьба на месте в сочетании с дыхательными упражнениями.

#### **Комплекс ОРУ № 2:**

1. И.П. - основная стойка, руки вниз, ноги врозь, 1-2 - руки согнуть в локтях, ладонями коснуться плеч, 3-4 - руки вверх, 5-6 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)
2. И.П. - основная стойка, руки на поясе, ноги на ширине плеч. 1 -2 - наклон туловища вправо, левую руку поднять вверх, 3-4 - И.П., 5-6 - то же, влево, 7-8 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)
3. И.П. - основная стойка, руки вниз, ноги на ширине плеч, 1 -2 - наклон вниз к правой ноге, двумя руками коснуться носка правой ноги, 3-4 - И.П., 5-6 - то же, наклон к левой ноге, 7-8 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)
4. И.П. - стоя на коленях, руки в стороны, 1 -2- поворот с наклоном вправо, правой рукой коснуться стопы правой ноги 3-4 - И.П., 5-6 - то же, влевую сторону, 7-8 - И.П. (Повтор: 6 раз)
5. И.П. - основная стойка, руки вниз, ноги врозь, 1-2 - присесть, руки вверх, 3-4 - И.П. (Повтор: 6- 7 раз)
6. И.П.: лежа на спине, руки выпрямлены назад за головой. 1-2 - поднять вверх правую ногу, 3-4 - И.П., 5-6 - то же, левую ногу, 7-8 - И.П. (Повтор: 6 раз)
7. И.П. - стоя на коленях, упор на руки вперед. 1 -2 - отвести назад - вверх правую ногу, 3-4 - И.П., 5-6 - то же, левую ногу, 7-8 - И.П.
8. Ходьба на месте с высоким подниманием коленей.

#### **Комплекс ОРУ № 3:**

И.П. - основная стойка, ноги врозь, руки вниз, 1-2 - правую ногу вперед, поворот вправо, руки вверх, 3-4 - И.П., 5-6 - то же, поворот влево, 7-8 - И.П., (Повтор: 6-7 раз)

И.П. - в приседе, упор руками об пол, 1 -2 - встать, руки в стороны, правую ногу отвести назад, 3-4 - И.П., 5-6 - то же, левую ногу отвести назад, 7-8 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)

И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, руки вниз, 1-2 - руки в стороны, 3-4 - наклон вперед, руками коснуться пола, 5-6 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)

И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, руки к плечам, 1 -2 - наклон вправо, левая рука вверх, 3-4 - И.П., 5-6 - то же, влево, 7-8 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)

И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, руки согнуты перед грудью горизонтально, 1-2 - рывки согнутыми руками перед грудью, 3-4 - рывки разведенными в стороны руками, 5-6 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)

И.П. - основная стойка, ноги вместе, руки в стороны, 1-2 - поднять правую ногу вверх, хлопок руками под коленом, 3-4 - И.П., 5-6 - то же, левую ногу вверх, 7-8 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)

«Прыжки»: ноги вместе, хлопки руками над головой - руки в стороны. (Повтор: 10 раз).

#### **Комплекс ОРУ № 4 с мячом:**

И.П. - основная стойка, ноги вместе, мяч в согнутых руках перед собой. 1-2 - шаг правой ногой вперед, поднять мяч вверх, 3-4 -И.П., 5-6 - то же, шаг левой ногой вперед, 78 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)И.П. - основная стойка, ноги врозь, руки в стороны, мяч удерживается на ладони одной руки.

1-4 - передача мяча из одной руки в другую через голову (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - основная стойка, ноги врозь, руки в руках перед собой. 1 -2 - передача мяча из положения

«перед собой» в положение «за спину» (Повтор: 6-7 раз)

И.П. - основная стойка, ноги врозь, мяч в руках за спиной. 1-2 - наклон вперед, поднять мяч вверх выпрямленными руками за спиной (Повтор: 6-7 раз)

И.П. - основная стойка, ноги врозь, мяч в выпрямленных руках вверху. 1-2 - наклон вперед, мячом коснуться пола, 3-4 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)  
И.П. - основная стойка, ноги врозь, мяч в выпрямленных руках вверху. 1-2 - наклон вправо, отвести мяч вправо, 3-4 - И.П., 5-6 - то же, влево, 7-8 - И.П. (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - основная стойка, ноги врозь, мяч в руках внизу. 1-2 - присесть, мяч поднять вверх над головой, 3-4 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)

#### **Комплекс ОРУ № 5:**

1. И.П. - основная стойка, ноги врозь, руки на пояс. 1 - правую ногу назад на носок, руки за голову, 2 - вернуться в И.П. То же левой ногой. (Повтор: 6-8 раз)
2. И.П. - основная стойка, ноги врозь, руки на пояс. 1 - поворот вправо, правую руку вправо, 2 - вернуться в И.П. То же влево. (Повтор: 6-8 раз)
3. И.П. - основная стойка, ноги врозь, руки вдоль туловища. 1 - выпад правой ногой вперед, 2-3 - пружинистые покачивания, 4 - вернуться в И.П. То же левой ногой. (Повтор: 6-8 раз)
4. И.П. - стойка на коленях, руки на пояс. 1 -2 - медленным движением сесть справа на бедро, руки вынести вперед, 3-4 - вернуться в И.П. То же влево. (Повтор: 6-8 раз)
5. И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, руки вниз. 1 - руки в стороны, 2 - наклон вперед, коснуться пальцами рук носка левой ноги, 3 - выпрямиться, руки в стороны, 4 - вернуться в И.П. То же к правой ноге. (Повтор: 6-8 раз)
6. И.П. - основная стойка, ноги врозь, руки вдоль туловища. Прыжки на двух ногах - левая вперед, правая назад, прыжком сменить положение ног. Выполняется под счет 1-8, затем пауза и снова прыжки (3-4 раза).

#### **Комплекс ОРУ № 6 с мячом:**

1. «На носок». И.П. - основная стойка, руки с мячом за головой.1- поднять руки вверх, посмотреть на мяч, правую (левую) ногу назад на носок, 2 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)
2. Наклоны в стороны. И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, мяч внизу.1- поднять мяч вверх, 2- наклониться вправо (влево), 3-4 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)
3. Наклоны вниз. И.П. - основная стойка, ноги шире ширины плеч, мяч прижат к груди.1- наклониться вниз, показать мяч соседу сзади, 2- И.П. (Повтор: 6-7 раз)
4. Приседания. И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, мяч прижат к груди.1- присесть, вынести мяч вперед, 2- И.П. (Повтор: 6-7 раз)
5. «Подними». И.П. - сидя, упор рук сзади, мяч зажат между ступнями ног.1- поднять мяч вверх, 2- И.П. (Повтор: 6-7 раз)
6. «Вставай». И.П. - лежа на спине, мяч зажат между ступнями ног, руки прямые за головой.1- мяч руками, сесть, не выпуская мяч, не отрывая ног от пола, 2- И.П. (Повтор: 6-7 раз)
7. Махи ногами. И.П. - основная стойка, мяч в руках над головой.1- опустить мяч на поднятое правое (левое) колено, 2- И.П. (Повтор: 6-7 раз).
8. Повороты. И.П. - стоя на коленях, мяч прижат к груди.1- поворот вправо (влево), положить мяч между ног,2 - И.П., 3- поворот вправо (влево), взять мяч, 4- И.П. (Повтор: 6-7 раз)
9. Прыжки с зажатым между коленами мячом. Чертить с ходьбой.

#### **Комплекс ОРУ № 7 с мячом:**

1. И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках вниз. 1-2 - поднять мяч вверх, поднимаясь на носки, 3-4 - вернуться в исходное положение. (Повтор: 6-7 раз)И.П. - стойка в упоре на коленях, мяч в обеих руках перед собой. 1-4 - прокатить мяч вокруг себя вправо, 5-8 - перекатить мяч влево. (Повтор: 6-7 раз)
2. И.П. - сидя, ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой. 1 -2 - наклон вперед, прокатить мяч от одной ноги к другой, 3-4 - вернуться в исходное положение. (Повтор: 6-7 раз)

3. И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках перед собой. 1- присесть, мяч вперед, 2 - исходное положение. (Повтор: 6-7 раз)
4. И.П. - основная стойка, ноги слегка расставлены, мяч в обеих руках перед собой. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками, в произвольном темпе. (Повтор: 6-7 раз)
5. И.П. - основная стойка, мяч на полу. Прыжки вокруг мяча на двух ногах на счет 1-8, затем пауза и снова прыжки.

#### **Комплекс ОРУ № 8:**

1. И.П. - основная стойка, ноги вместе, руки на пояс. 1 -2 - шаг вправо, руки через стороны вверх, 3-4 - вернуться в И.П. То же влево. (Повтор: 6-7 раз)
2. И.П. - основная стойка, ноги врозь, руки к плечам. 1-2 - поворот туловища вправо, руки в стороны, 3-4 - И.П. То же влево. (Повтор: 6-7 раз)
3. И.П. - основная стойка, ноги врозь, руки вниз. 1 - руки в стороны, 2 - мах правой ногой вперед, хлопок под коленом, 3 - опустить ногу, руки в стороны, 4 - И.П. То же левой ногой. (Повтор: 6-7 раз)
4. И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, руки вниз. 1 - руки в стороны, 2 - наклон вперед, коснуться пальцами рук правого носка, 3 - выпрямиться, руки в стороны, 4 - И.П. То же левой ногой. (Повтор: 6-7 раз)
5. И.П. - основная стойка, ноги врозь. Прыжки на двух ногах с хлопками в ладоши перед собой и за спиной на счет 1-8, затем пауза. (Повтор: 2-3 раза)
6. И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 - руки в стороны, 2 - руки за голову, 3 - руки в стороны, 4 - И.П. (Повтор: 6-7 раз)

#### **Упражнения на дыхание**

##### **«Дровосек»**

И.П.: Встать прямо, ноги чуть шире плеч. На вдохе сложить руки топориком и поднять их вверх. Резко, словно под тяжестью топора, вытянутые руки на выдохе опустить вниз, корпус наклонить, позволяя рукам «прорубить» пространство между ногами. Произнести «Ух!». Повторить 6-8 раз.

##### **«Гуси летят»**

Медленная ходьба. На вдох - руки поднять в стороны, на выдох - опустить вниз с произнесением длинного звука «г-у-у-у».

##### **«Журавли»**

Медленная ходьба На вдохе поднять руки через стороны вверх, выдох - опустить руки вниз.

##### **«Цапля»**

И.П. - о.с., ноги вместе, руки вниз; 1-2 - поднять согнутую в колене правую ногу вверх, руки через стороны вверх - вдох, 3-4 - И.П. 5-6 - то же, поднять левую ногу, 7-8 - И.П..

##### **«Ворона»**

ИП: Встать прямо, слегка расставив ноги и опустив руки. Вдох - развести руки широко в стороны, как крылья, медленно опустить руки и произнести на выдохе: «каррр», максимально растягивая звук [р].«Ножницы»

И.П.: Встать прямо, ноги чуть шире плеч. - то же. Прямые руки вытянуты вперед или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз. С вдохом левая рука поднимается вверх, правая опускается вниз. С выдохом - левая рука вниз, правая вверх. После освоения ребенком этого упражнения можно его изменить: двигаются не руки от плеча, а только кисти рук. Повторить 6-7 раз.

## **«Вырасти большой»**

ИП: стоя прямо, ноги вместе. Поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки - вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню - выдох. На выдохе произнести «у-х-х- х»! Повторить 6-7 раз.

## **«Сердитый ежик»**

И.П.: Стоя, ноги на ширине плеч. Вдох. Представить, как ежик во время опасности сворачивается в клубок. Выдох - присесть, сгруппироваться, обхватить руками колени, голову опустить, произнести на выдохе «п-ф-ф» - звук, издаваемый сердитым ежиком. Встать, «развернуться», руки в стороны - вдох. Повторить 6-7 раз.

## **«Аист»**

И.П.: Встать прямо, развести руки в стороны, а одну ногу, согнув в колене, вынести вперед. Зафиксировать положение на несколько секунд. Держать равновесие. На выдохе опустить ногу и руки, тихо произнести "ш-ш-ш-ш". Повторить 6-7 раз.

## **«Жук»**

ИП: Стоя, скрестив руки на груди. Развести руки в стороны, поднять голову - вдох, скрестить руки на груди, опустить голову - выдох, произнести «ж-ж-ж». Повторить 6-7 раз.

## **«Часики»**

ИП: Стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторить 6-7 раз.

## **Подвижные игры с мячом**

**«Живая цепь».** Занимающиеся образуют колонну, во главе которой находится педагог. Он водит колонну по площадке, меняя направление движения и изображая повадки животных и птиц. Например, «идем, как гуси» (ходьба в полуприседе), «идем, как журавли» (ходьба с высоким подниманием бедра), «прыгаем, как кенгуру» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед), «полетели, как голуби» (бег с размахиванием руками) и т.д.

## **«Горелки».**

Дети встают парами в затылок друг другу. Впереди занимает позицию водящий. Он громко произносит: «Гори, гори ясно, чтобы не погасло. Глянь на небо. Птички летят, колокольчики звенят. Раз, два, три, последняя пара, беги!» После слова «беги» игроки последней пары устремляются вперед (каждый со своей стороны до условленного места). Водящий старается осалить одного из бегущих прикосновением руки до того момента, когда бегущие встречаются. Осаленный игрок составляет пару с водящим, встав впереди первой пары, а второй выполняет роль водящего и т.д.

## **«Ловкие бегуны».**

На площадке обозначается круг. Дети находятся внутри круга. По первому сигналу педагога они начинают перемещаться, не выходя за пределы круга. В то же время дети стараются не столкнуться 5 с кем-либо из играющих. Кто нарушит условия, выходит за круг. По второму сигналу дети приседают на корточки и замирают. Через 10-15 с игра возобновляется и т.д.

## **«Слушай сигнал».**

На площадке обозначается круг. Играющие размещаются внутри круга. Они свободно передвигаются, изображая различных животных. По звуковому сигналу педагога дети замирают на месте в той позе, в которой их застал сигнал. По второму сигналу занимающиеся вновь расходятся, изображая различных животных, и т.д. Отмечаются дети, сумевшие лучше других изобразить избранное животное.

## **«Охотники и утки».**

На площадке обозначается квадрат 15\*15 м - это болото. По углам болота встают четверо охотников. Каждый имеет по 3 малых мяча. Остальные играющие размещаются внутри квадрата. Они активно передвигаются, изображая уток и повторяя «кря-кря». По первому звуковому сигналу утки

замирают на месте, а охотники бросают в них мячи. «Убитая» утка выходит за пределы квадрата. Утки же увертываются от «выстрелов» охотников, не сходя с места. По второму - утки вновь начинают активно передвигаться по болоту. Периодически охотников заменяют подстреленные утки.

### **«Живая цепь».**

Дети встают в колонну, во главе которой находится педагог. Он водит колонну по площадке, меняя направление движения и изображая повадки животных и птиц. Например, «идем, как гуси» (ходьба в полуприседе), «идем, как журавли» (ходьба с высоким подниманием бедра), «прыгаем, как кенгуру» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед), «полетели, как голуби» (бег с размахиванием руками) и т.д.

### **«Зайцы в огороде».**

На площадке обозначаются два концентрических круга (диаметры - 1-2 и 3-4 м). Для игры выбирается сторож, который занимает место во внутреннем круге (огороде). Остальные дети (зайцы) находятся в большом круге. По первому сигналу педагога они веселятся, прыгая на двух ногах то в огород, то обратно. По второму сигналу сторож ловит зайцев, находящихся в огороде, догоняя их до границы большого круга. Пойманные зайцы отходят в сторону. Когда сторож осалит 3-4 зайца, назначается новый сторож и игра возобновляется.

### **«Салки с мячом».**

Дети произвольно располагаются в квадрате 12\*12 м или в круге диаметром 10-12 м. В центре круга находится водящий с мячом в руках. По звуковому сигналу начинается игра. Дети разбегаются по размеченной территории, а водящий старается догнать и запятнать мячом любого игрока. Тот, кого запятнали, становится водящим и т.д.

### **«Круг-кружочек».**

Дети образуют круг. Взявшись за руки, они начинают передвигаться, громко произнося слова: «Круг-кружочек, аленький цветочек! Раз, два, три - развернись- ка, Вася (имя игрока), ты». Названный игрок поворачивается спиной к центру круга, а игра возобновляется и т.д.

Технические приемы игры в футбол Удары по мячу ногами

(Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях» - М.: Советский спорт, 2014 - с. 51).

### **Техника выполнения удара носком ноги.**

Удар носком ноги выполняется по недвижимому или катящемуся мячу с места или с разбега. Опорная нога ставится сбоку от мяча, а ударная нога в момент замаха согнута в колене. При выполнении удара нога почти выпрямляется. Удар наносится носком в середину мяча. Если мяч нужно послать поверху, то удар наносится ниже середины мяча. Удар по мячу носком придает ему направление полета влево или вправо (рис. 87, стр. 65). Техника выполнения удара внутренней стороной стопы. Опорная нога ставится рядом с мячом. Ее носок должен совпадать с направлением предполагаемого движения мяча. Стопа согнутой в коленном суставе бьющей ноги перед ударом сильно разворачивается наружу и выносится вперед. При соприкосновении стопы с серединой мяча туловище бьющего наклоняется над мячом. Произведя удар, бьющая нога продолжает движение за мячом. При выполнении удара с одного шага разбега опорная нога ставится на специальную разметку рядом с мячом (рис. 68, 69, стр. 52).

**Техника выполнения удара внутренней частью подъема**, т.е. частью стопы от фаланги большого пальца до голеностопного сустава. Техника выполнения этого технического приема такова. Опорная нога ставится несколько позади и сбоку от мяча. Плечо со стороны опорной ноги подается чуть вперед, а плечо со стороны бьющей ноги - чуть назад. Тяжесть тела переносится на опорную ногу. Бьющая нога сгибается в коленном суставе. Затем стопа бьющей ноги несколько разворачивается наружу, голеностоп закрепляется, а носок оттягивается. Удар производится в нижнюю часть мяча. Так выполняется удар с места.

При ударе с разбега игрок движется по дуге к направлению полета мяча. Стопа ударяет по мячу чуть сбоку от середины. В зависимости от того, на какой высоте предполагается послать мяч, стопа наносит удар или ниже середины мяча (по середине мяча), или же выше середины. В момент удара бьющая нога полностью выпрямляется в коленном суставе, мышцы ее расслабляются. Завершая проводку, бьющая нога заносится чуть накрест перед телом, как и рука со стороны противоположной, бьющей ноги. Рука, одноименная бьющей ноге, отводится назад (рис. 78, стр. 59).

## Остановка мяча

(Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях» - М.: Советский спорт, 2014 - с. 66).

**Техника остановки мяча ногой** - достигается уступающим движением той или иной части тела и расслаблением определенных мышечных групп.

**Техника остановки внутренней стороной стопы** - наиболее распространенный способ приема и остановки мяча. При этом слегка согнутая в коленном суставе опорная нога выставляется вперед. Ее носок показывает направление приближающегося мяча. Тяжесть тела переносится на опорную ногу, а останавливающая нога сгибается в коленном суставе. Ее стопа сильно разворачивается наружу, образуя со стопой опорной ноги прямой угол. Таким образом, она слегка подается навстречу приближающемуся мячу. В момент соприкосновения с мячом принимающая нога мягко отводится назад. В результате мяч остается лежать перед игроком (рис. 88, стр.66).

**Техника остановки катящегося мяча подошвой** выполняется, когда тот движется навстречу игроку. Бьющая нога, слегка согнутая в коленном суставе, выносится навстречу приближающемуся мячу. Приподнятый носок и опущенная пятка как бы образуют над мячом косую крышу. Направление носка опорной ноги совпадает с линией движения мяча. При соприкосновении мяча с подошвой нога за счет сгиба в коленном суставе отводится чуть назад и мягко прижимает мяч к поверхности площадки. Туловище при этом немного подается вперед (рис. 89, стр. 68).

## Ведение мяча

(Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях» - М.: Советский спорт, 2014 - с. 73)

**Техника ведения мяча внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема.**

Ведение мяча выполняется серией легких ударов-толчков той или иной частью стопы

(внутренней частью подъема или внутренней стороной стопы) в нижнюю часть мяча. Ведение мяча может осуществляться как правой, так и левой ногой. Голова должны быть приподнята, чтобы «видеть поле».

**Техника ведения мяча подошвой.**

Осуществляется мягким, скользящим касанием мяча подошвой, что дает возможность легко изменить направление движения, а также надежно контролировать мяч.

## Календарно-тематическое планирование 3 года обучения (дети 6-7 лет)

№ занятия	Планирование для детей 3 года обучения (6-7 лет)		Организационно - методические указания	Материал
	Задачи	Содержание		
1	1. Упражнять в технике метания мяча в цель с места. 2. Упражнять в ведении мяча различными способами. 3. Развивать умение ориентироваться в пространстве. 4. Воспитывать интерес к игре в футбол.	I. Вводная часть: Беседа о футболе. Построение в одну шеренгу. Чередование обычной ходьбы с ходьбой в приседе. Бег по периметру площадки, перепрыгивая через расположенные на расстоянии 4-5 м препятствия (гимнастические палки)  II. Основная часть: 1. Общеразвивающие упражнения: Комплекс ОРУ № 1. 2. Основные движения.	с.69 Л.Н.Волошина «Играйте на здоровье»  Дистанция - 1 круг.  Дистанция - 1 круг.	Футбольные мячи по количеству детей, гимнастические палки, мячи маленького размера (резиновые или теннисные), конусы-ориентиры,

		<p>2.1. Метание мяча маленького размера в вертикальную цель:  - с места,  - с расстояния 5 м с 2-3 шагов разбега.</p> <p>2.2. Ведение мяча различными способами:  - перекатывание мяча подошвой вперед, назад, в стороны,  - перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую,  - ведение мяча различными способами по коридору шириной 1,5 м,  ведение мяча различными способами по волнообразной линии,  - ведение мяча внутренней частью подъема по периметру площадки; по звуковому сигналу дети останавливают мяч подошвой и т.д.</p> <p>3. Подвижная игра «Передача мяча в колонне над головой».</p>	<p>Обратить внимание на заключительное энергичное движение кисти.  Выполняется правой и левой ногой  Длина коридора 6-8 м.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	гимнастические скамейки - 2 шт.
		<p>III. Заключительная часть:  Ходьба по периметру площадки обычная, на носках, внутренней и внешней сторонах стопы.  Ходьба по гимнастической скамейке, держа руки в стороны.  Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 2 круга.  По одной стороне зала расположена гимнастическая скамейка.</p>	
2	<p>Продолжать упражняться в ведении мяча разными способами.  Развивать умение ориентироваться в пространстве.  Воспитывать интерес к игре в футбол.</p>	<p>I. Вводная часть:  Построение в одну шеренгу.  Ходьба обычная в чередовании с ходьбой с высоким подниманием бедра, легким бегом, бегом с захлестыванием голени.</p> <p>II. Основная часть:  Общеразвивающие упражнения:  Комплекс ОРУ № 1.  Основные движения:  2.1. Ведение мяча различными способами:  стоя на месте, перекатывание мяча влево - вправо с остановкой его поочередно внутренней и внешней сторонами стопы;</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Обратить внимание на осанку детей.  Выполняется правой и левой ногой по сигналу</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы-ориентиры, ворота футбольные</p>

		<p>прокатить мяч вперед подъемом и тянуть мяч назад подошвой, поочередно правой и левой ногой, легкими движениями ребенок направляет мяч от одной стопы к другой, двигаясь при этом по прямой линии, ведение мяча по кругу, по часовой или против часовой стрелки внутренней стороной стопы, ведение с остановками мяча подошвой правой и левой ног (по указанию педагога), ведение мяча правой (левой) ногой с последующим ударом по мячу в маленькие ворота.</p> <p>Подвижная игра «Передача мяча в колонне над головой».</p>	<p>педагога.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба обычная по периметру площадки, по сигналу - по диагонали площадки, со сменой направления; с переходом на легкий бег.</li> <li>Упражнение на расслабление - растягивание плечевых мышц и мышц груди.</li> <li>Подведение итогов занятия.</li> </ol>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Движения плавные.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
3	<p>1. Упражнять в технике остановки катящегося мяча подошвой.</p> <p>2. Продолжать упражнять в ударах по мячу и ведении мяча ранее освоенными приемами.</p> <p>3. Развивать ловкость.</p> <p>4. Воспитывать настойчивость в освоении технических приемов.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Построение в одну шеренгу.</li> <li>Чередование обычной ходьбы с ходьбой в приседе.</li> <li>Бег по периметру площадки, перепрыгивая через расположенные на расстоянии 4-5 м препятствия (гимнастические палки)</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Общеразвивающие упражнения: Комплекс ОРУ № 1.</li> <li>Основные движения: <ul style="list-style-type: none"> <li>2.1. Удары по мячу внутренней стороной стопы и остановка катящегося мяча подошвой: <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети встают в 2-3 м от стенки и ударом внутренней стороной стопы направляют мяч вперед так, чтобы, отразившись от стенки, он откатился назад.</li> </ul> </li> <li>Катящийся навстречу мяч останавливается подошвой.</li> <li>Затем вновь следует удар в стенку и т.д.,</li> <li>- в парах: встав в 2-3 м друг против друга, партнеры</li> </ul> </li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг</p> <p>Бьющая нога, согнутая в коленном суставе, выносится навстречу мячу. Приподнятый носок и опущенная пятка образуют «косую крышу». При соприкосновении мяча с подошвой нога</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, гимнастические палки, кегли, ворота футбольные, гимнастическая скамейка</p>

		<p>поочередно ударом внутренней стороной стопы посылают мяч товарищу. Мяч предварительно останавливается подошвой,</p> <p>- дети встают в колонну по одному. Перед ними в 3-4 м занимает позицию педагог с мячом. Он ударом внутренней стороной стопы посыпает мяч впереди стоящему. Тот, приняв мяч под подошву, ударом внутренней стороной стопы посыпает мяч педагогу, а сам переходит в коец колонны и т.д., 2.2. Ведение мяча внутренней стороной стопы в сочетании с ударом по мячу:</p> <p>введение мяча правой ногой с последующим ударом по мячу в маленькие ворота,</p> <p>введение мяча левой ногой с последующим ударом по мячу в маленькие ворота,</p> <p>введение мяча попеременно то правой, то левой ногой с последующим ударом по мячу в маленькие ворота.</p> <p>3. Подвижная игра «Залпом - пли!».</p>	<p>немного отводится назад.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба по периметру площадки обычная, на носках, внутренней и внешней сторонах стопы.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке, держа руки в стороны.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>По одной стороне зала расположена гимнастическая скамейка.</p>	
4	<p>1. Продолжать упражняться в технике остановки катящегося мяча подошвой, в ударах по мячу и ведении мяча ранее освоенными приемами.</p> <p>2. Развивать координационные способности.</p> <p>3. Воспитывать волевые качества.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Ходьба обычная в чередовании с ходьбой с высоким подниманием бедра, легким бегом, бегом с захлестыванием голени.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>Комплекс ОРУ № 1.</p> <p>Основные движения:</p> <p>2.1. Удары по мячу внутренней стороной стопы и остановка катящегося мяча подошвой:</p> <p>дети встают в 2-3 м от стенки и ударом внутренней стороной стопы направляют мяч вперед так, чтобы,</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Бьющая нога, согнутая в коленном суставе, выносится навстречу мячу. Приподнятый носок</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы - ориентиры, гимнастическая скамейка, ворота футбольные, кегли</p>

		<p>отразившись от стенки, он откатился назад. Катящийся навстречу мяч останавливается подошвой. Затем вновь следует удар в стенку и т.д., в парах: встав в 2-3 м друг против друга, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы посыпают мяч товарищу. Мяч предварительно останавливается подошвой,</p> <p>дети встают в колонну по одному. Перед ними в 3-4 м занимает позицию педагог с мячом. Он ударом внутренней стороной стопы посыпает мяч впереди стоящему. Тот, приняв мяч под подошву, ударом внутренней стороной стопы посыпает мяч педагогу, а сам переходит в конец колонны и т.д.,</p> <p>Ведение мяча в сочетании с ударом по мячу:</p> <p>ведение мяча внутренней стороной стопы / внутренней частью подъема ноги змейкой вокруг конусов правой и левой ногой с последующим ударом по мячу в маленькие ворота,</p> <p>Удары по мячу:</p> <p>удары по мячу внутренней частью подъема с расстояния 3-4 м в маленькие ворота из тчек, расположенных справа и слева от ворот.</p> <p>3. Подвижная игра «Залпом - пли!».</p>	<p>и опущенная пятка образуют «косую крышу». При соприкосновении мяча с подошвой нога немного отводится назад.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба обычная по периметру площадки, по сигналу - по диагонали площадки, со сменой направления; легкий бег.</p> <p>Упражнение на расслабление - растягивание плечевых мышц и мышц груди.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Движения плавные.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
5	<p>1. Продолжать упражнять в технике остановки катящегося мяча подошвой.</p> <p>2. Развивать умение сочетать технику ведения мяча разными способами с обводкой</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с ходьбой в полуприседе, с переходом на легкий бег и бег с ускорением.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Общеразвивающие упражнения:</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы-ориентиры, гимнастическая скамейка</p>

	<p>предметов.</p> <p>3. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать целеустремленность, настойчивость в овладении техническими приемами.</p>	<p>Комплекс ОРУ № 2.</p> <p>2. Основные движения:</p> <p>2.1. Удары по мячу внутренней стороной стопы и остановка катящегося мяча подошвой: - повторение упражнений из занятий № 7-8.</p> <p>2.2. Ведение мяча различными способами с обводкой препятствий: - одна группа детей (5-6 человек) встает по прямой линии в 2 м друг от друга. Другая группа поочередно змейкой обводит своих товарищей. Завершив задание, они возвращаются на исходную позицию и вновь выполняют ведение с обводкой своих товарищей, - дети встают в одну шеренгу с интервалом 2 м. Каждый имеет мяч. По звуковому сигналу они ведут мяч вперед. Обводят 3 конуса, стоящие в 1 м друг от друга, и продолжают ведение. По второму звуковому сигналу дети останавливают мяч подошвой, разворачиваются и ведут мяч по прямой на исходную позицию.</p> <p>4. Подвижная игра «Быстро по местам».</p>	<p>При ведении мяча голова приподнята. Мяч не должен отпускаться игроками слишком далеко. После 2-х попыток дети меняются ролями.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Бег в медленном темпе.</p> <p>2. Упражнения на осанку: ходьба по прямой линии, держа ладони на затылке, ходьба по гимнастической скамейке, держа руки к плечам, - ходьба на носках, пятках.</p> <p>3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1/2 круга.</p> <p>Дистанция - 1/2 круга.</p> <p>Дистанция - 1/2 круга.</p>	
6	<p>1. Продолжать упражняться в технике остановки катящегося мяча подошвой.</p> <p>2. Продолжать упражняться в ведении мяча разными способами с обводкой предметов.</p> <p>3. Развивать зрительно-</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с ходьбой на носках, на пятках.</p> <p>3. Легкий бег с изменением темпа движения (ускорением) на дистанцию 20-30 м.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>Комплекс ОРУ № 2.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы ориентиры, стойки</p>

	моторную координацию. 4. Воспитывать активность, поддерживать инициативу.	<p>Основные движения:</p> <p>Удары по мячу внутренней стороной стопы и остановка катящегося мяча подошвой:</p> <p>повторение упражнений из занятий № 7-8.</p> <p>Ведение мяча различными способами с обводкой препятствий:</p> <p>работа по подгруппам: ведение мяча змейкой вокруг конусов (1 подгруппа), стоек (2 подгруппа), расположенных на расстоянии 1,5 м друг от друга. Завершив задание, они возвращаются на исходную позицию и вновь выполняют ведение мяча,</p> <p>- дети встают в одну шеренгу с интервалом 2 м, у каждого - мяч. По звуковому сигналу они ведут мяч вперед, обводя конусы, стоящие в 1 м друг от друга, и продолжают ведение. По второму звуковому сигналу дети останавливают мяч подошвой, разворачиваются и ведут мяч по прямой на исходную позицию.</p> <p>4. Подвижная игра «Быстро по местам».</p>	<p>При ведении мяча голова приподнята. После двух попыток подгруппы меняются местами.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба по периметру площадки в чередовании с ходьбой на носках, ходьбой с подниманием рук над головой и хлопком на счет «раз», опускание рук - на счет «два».</p> <p>Ходьба с периодическим увеличением длины шага и уменьшением ее.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p>	
7	<p>1. Упражнять в сочетании техники ведения, обводки и остановки мяча, ударах по мячу ранее освоенными способами.</p> <p>2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать интерес к игровым действиям с мячом.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с ходьбой в полуприседе, с переходом на легкий бег и бег с ускорением.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Общеразвивающие упражнения:</p> <p>Комплекс ОРУ № 2.</p> <p>2. Основные движения:</p> <p>- ведение мяча внутренней стороной стопы по прямой вначале в ходьбе, а потом в медленном беге,</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Ведение мяча осуществляется</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы ориентиры, дуги - 4 шт., ворота футбольные - 2 шт., гимнастическая скамейка</p>

		<p>- легкими движениями дети направляют мяч от одной стопы к другой, двигаясь при этом по прямой линии, периодически (по сигналу педагога) дети останавливают мяч подошвой стопы, и после остановки изменяют направление движения;</p> <p>- ведение мяча с обводкой конусов, расположенных зигзагом. По сигналу педагога дети останавливают мяч подошвой ноги и меняют направление движения. По подгруппам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ведение мяча через несколько (3-4) ворот (дуг), расположенных по прямой линии с остановкой мяча в конце дистанции. Далее - разворот и ведение мяча в обратном направлении по прямой поочередно правой и левой ногой,</li> <li>- удары по мячу внутренней частью подъема с расстояния 3-4 м в маленькие ворота из точек, расположенных справа и слева от ворот.</li> </ul> <p>4. Подвижная игра «Быстро по местам».</p>	<p>попеременно правой и левой ногой.</p> <p>Обратить внимание на технику выполнения ведения и остановки мяча. Удары выполняются с места и с 2-3 шагов разбега.</p>	
		<p>III. Заключительная часть: 1. Бег в медленном темпе.</p> <p>2. Упражнения на осанку:</p> <p>ходьба по прямой линии, держа ладони на затылке, ходьба по гимнастической скамейке, держа руки к плечам,</p> <p>- ходьба на носках, пятках.</p> <p>3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1/2 круга.</p> <p>Дистанция - 1/2 круга.</p> <p>Дистанция - 1/2 круга.</p>	
8	<p>1.Продолжать упражняться в сочетании техники ведения, обводки и остановки мяча, ударах по мячу ранее освоенными способами.</p> <p>2.Развивать внимание, точность движений.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p>	<p>I Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с ходьбой на носках, на пятках.</li> <li>3. Легкий бег с изменением темпа движения (ускорением) на дистанцию 20-30 м..</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общеразвивающие упражнения: Комплекс ОРУ № 2.</li> <li>2. Основные движения:</li> </ol> <p>- дети катят мяч по какой-нибудь геометрической фигуре (квадрат, треугольник), обозначенной</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>При ведении мяча голова приподнята. Мяч не</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы и фишки-ориентиры, стойки</p>

		<p>конусами, внутренней стороной подъема одной ноги и останавливают его подошвой другой ноги,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прокатывание мяча вперед подъемом ноги и оттягивание мяча назад подошвой, поочередно правой и левой ногой,</li> <li>- ведение мяча внутренней частью подъема с переменной скоростью (быстрее и медленнее), с обводкой стоек, расположенных зигзагообразно,</li> <li>- ведение мяча различными частями подъема стопы, обходя с мячом произвольно расположенные на площадке фишки-ориентиры. По сигналу педагога - остановка мяча подошвой ноги и смена направления движения,</li> <li>- игра в футбол 2х2 игрока, ворота обозначены конусами.</li> </ul> <p>4. Подвижная игра «Быстро по местам».</p>	<p>должен отпускаться игроками слишком далеко, чтобы можно было его контролировать. Расстояние между конусами 1,5-2 м Удары выполняются с места и с 2-3 шагов разбега.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по периметру площадки в чередовании с ходьбой на носках, ходьбой с подниманием рук над головой и хлопком на счет «раз», опускание рук - на счет «два».</li> <li>2. Ходьба с периодическим увеличением длины шага и уменьшением ее.</li> <li>3. Подведение итогов занятия.</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p>	
9	<p>1. Познакомить с техникой удара серединой подъема по неподвижному мячу.</p> <p>2. Продолжать упражнять в метании мяча маленького размера в цель с разбега; в ведении мяча с обводкой предметов.</p> <p>3. Развивать зрительно-моторную координацию.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в шеренгу.</li> <li>2. Ходьба по периметру площадки с изменением темпа движения.</li> <li>3. Чередование бега лицом вперед и спиной вперед.</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3.</li> <li>2. Основные движения.</li> </ol> <p>2.1. Удар серединой подъема по неподвижному мячу с места:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрация педагогом выполнения данного технического приема;</li> <li>- дети выполняют ударные движения ногой, имитируя</li> </ul>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Цель - создание общего представления о приеме.</p> <p>Повтор: 4-6 раз.</p> <p>Цель - прочувствовать место соприкосновения</p>	<p>Футбольные мячи, набивные мячи и мячи маленького размера (резиновые или теннисные) по количеству детей, конусы - ориентиры</p>

	<p>4. Воспитывать уверенность в своих возможностях.</p>	<p>удар по мячу серединой подъема,        - дети выполняют легкий удар серединой подъема с места по набивному мячу,        - дети, встав перед мячом, выполняют удар серединой подъема по неподвижному мячу с места в стенку с расстояния 3-4 м.</p> <p><b>2.2.</b> Метание теннисного мяча с разбега в вертикальную мишень с расстояния 4-5 м.</p> <p><b>2.3.</b> Ведение мяча внутренней частью подъема:        - ведение мяча по кругу правой и левой ногой,        - ведение мяча с обводкой произвольно расставленных по площадке препятствий (набивные мячи). По звуковому сигналу дети замирают на месте, остановив мяч подошвой,        - ребенок двигает мяч назад подошвой, затем толкает его вперед подъемом, останавливает мяч подошвой той же стопы, заступает за него, поворачивается и ведет его подъемом той же стопы в другом направлении.</p> <p>4. «Эстафета с мячами» (в парах; передача мяча руками).</p>	<p>ноги с мячом.        Упражнение повторяется 6-8 раз.        Ускоряющий разбег завершить скрестным шагом и одновременным броском в цель.        Обратить внимание на необходимость держать голову приподнятой.        Обратить внимание на качество выполнения каждого элемента.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба в среднем темпе по периметру площадки. По звуковому сигналу дети поднимают руки над головой и выполняют хлопок.</p> <p>Упражнение на расслабление - растягивание мышц передней поверхности бедра.</p> <p>Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 1 круг.        Повтор: 2-3 раза.</p>	
10	<p>1.Упражнять в технике удара серединой подъема по неподвижному мячу.</p> <p>2.Продолжать упражнять в ведении мяча с обводкой предметов в сочетании с остановкой мяча.</p> <p>3. Развивать ловкость, реакцию на сигнал.</p> <p>4. Воспитывать желание</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в шеренгу.</p> <p>2. Ходьба по периметру площадки с энергичным взмахом рук, в чередовании с ходьбой в приседе.</p> <p>3. Бег обычный в чередовании с бегом приставными шагами.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3.</p> <p>2. Основные движения.</p> <p>2.1. Удар серединой подъема по неподвижному мячу с места:</p>	<p>Дистанция - 1 круг.        Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 4-6 раз.</p>	<p>Футбольные мячи, набивные мячи и мячи маленького размера (резиновые или теннисные) по количеству детей, конусы - ориентиры,</p>

	осваивать новые технические приемы.	<p>- дети, встав перед мячом, выполняют удар серединой подъема по неподвижному мячу с места в стенку с расстояния 5-6 м.</p> <p>удар серединой подъема по неподвижному мячу с расстояния в 5-6 шагов в обозначенные конусами ворота шириной 2 м.</p> <p>2.2. Ведение мяча внутренней частью подъема:</p> <p>Перекатывание мяча назад и вперед как подошвой, так и подъемом, поочередно меняя ноги,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ведение мяча правой и левой ногой змейкой вокруг конусов,</li> <li>- дети передвигаются по большому треугольнику, обозначенному стойками. Они катят мяч перед собой внутренней стороной подъема одной ноги и останавливают его стопой другой ноги.</li> </ul> <p>3. Подвижная игра «Пустое место».</p>	<p>Повтор: 6-8 раз.</p> <p>Обратить внимание на необходимость держать голову приподнятой</p> <p>Повтор: 2-3 раза..</p>	стойки
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба в среднем темпе по периметру площадки. По сигналу педагога «Вверху!» дети поднимают руки над головой и выполняют хлопок над головой, по сигналу «Впереди» - хлопок перед собой, «Сзади» - хлопок за спиной.</p> <p>Упражнение на расслабление - растягивание внешней поверхности бедер и боковых мышц живота.</p> <p>Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
11	<p>1. Продолжать упражняться в ведении мяча с обводкой предметов в сочетании с остановкой мяча, ударе серединой подъема по неподвижному мячу.</p> <p>2. Развивать зрительно-моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать интерес к упражнениям с мячом.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в шеренгу.</li> <li>2. Ходьба по периметру площадки с изменением темпа движения.</li> <li>3. Чередование бега лицом вперед и спиной вперед.</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3.</li> <li>2. Основные движения.</li> </ol> <p>2.1. Ведение мяча внутренней частью подъема:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перекатывание мяча назад и вперед как подошвой, так и подъемом, поочередно меняя ноги,</li> <li>- легкими движениями дети направляют мяч от одной</li> </ul>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 4-6 раз.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы-ориентиры, стойки, ворота футбольные</p>

		<p>стопы к другой, двигаясь при этом по прямой линии, периодически (по сигналу педагога) останавливают мяч подошвой стопы, после остановки изменяют направление движения,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- построение в 2 колонны: дети по сигналу педагога ведут мяч внутренней стороной подъема; потом обводят стойки (конусы); поворачиваются и ведут мяч в конец своей колонны.</li> <li>- дети передвигаются по большому квадрату, обозначенному стойками. Они катят мяч перед собой внутренней стороной подъема одной ноги и останавливают его стопой другой ноги.</li> </ul> <p>2.2. Удар серединой подъема по неподвижному мячу с места:</p> <p>удар серединой подъема по неподвижному мячу в стенку с расстояния 5-6 м.</p> <p>удар серединой подъема по неподвижному мячу с расстояния в 5-6 шагов в ворота.</p> <p>3. «Эстафета с мячами» (в парах; передача мяча руками).</p>	<p>Повтор: 6-8 раз.</p> <p>Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой.</p> <p>Обратить внимание на необходимость держать голову приподнятой.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба в среднем темпе по периметру площадки. По звуковому сигналу дети поднимают руки над головой и выполняют хлопок.</p> <p>Упражнение на расслабление - растягивание мышц передней поверхности бедра.</p> <p>Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
12	<p>1. Упражнять в технике ведения мяча с обводкой предметов в сочетании с остановкой мяча, выполнении удара серединой подъема по неподвижному мячу.</p> <p>2. Развивать ловкость, реакцию на сигнал.</p> <p>3. Воспитывать желание осваивать новые</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в шеренгу.</li> <li>2. Ходьба по периметру площадки с энергичным взмахом рук, в чередовании с ходьбой в приседе.</li> <li>3. Бег обычный в чередовании с бегом приставными шагами.</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3.</li> <li>2. Основные движения.</li> </ol> <p>2.1. Прокатывание мяча, стоя на месте:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передней частью подошвы мяч двигается вперед и</li> </ul>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 6-8 раз.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы - ориентиры, стойки, ворота футбольные</p>

	технические приемы.	<p>назад к внутренней стороне этой же стопы,  - подъемом ноги мяч откатывается в сторону и возвращается назад подошвой стопы.</p> <p>2.2. Ведение мяча в сочетании с обводкой и остановкой мяча:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- по зигзагообразной линии с использованием передней части подошвы для поворота мяча в нужном направлении,</li> </ul> <p>по подгруппам: дети 1-й подгруппы, выстроившись в колонну, ведут мяч к противоположной стороне зала, обводя стоящих на их пути зигзагом детей второй подгруппы,</p> <p>ведение мяча внутренней стороной подъема по прямой, далее - обвести стойки (конусы); остановка мяча перед воротами и удар по неподвижному мячу серединой подъема ноги в ворота.</p> <p>3. «Эстафета с мячами» (в парах; передача мяча руками).</p>	<p>Поочередно правой и левой ногой.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p> <p>После выполнения упражнения подгруппы меняются местами. Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба в среднем темпе по периметру площадки. По сигналу педагога «Вверху!» дети поднимают руки над головой и выполняют хлопок над головой, по сигналу «Впереди!» - хлопок перед собой, «Сзади!» - хлопок за спиной.</p> <p>Упражнение на расслабление - растягивание внешней поверхности бедер и боковых мышц живота.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Движения плавные.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
13	<p>1. Познакомить с техникой удара по мячу серединой подъема по неподвижному мячу и с одного шага разбега.</p> <p>2. Упражнять в технике ведения различными способами, обводя препятствия. Развивать внимание, зрительно-моторную координацию.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с ходьбой приставным шагом (правым и левым боком) и скрестным шагом.</li> <li>3. Подвижная игра «Светофор».</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 4.</li> <li>2. Основные движения.</li> <li>2.1. Удар серединой подъема:</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>- имитация ударного движения ногой,</li> </ul>	<p>Дистанция - 1 круг</p>	<p>Футбольные мячи и скакалки по количеству детей, гимнастические палки по количеству детей, конусы и фишки-ориентиры</p>

	3. Воспитывать волевые качества.	<p>- дети выполняют удар по неподвижному мячу с места в стенку с расстояния 4-5 м, дети выполняют удар по мячу с одного шага разбега. 2.2. Ведение мяча различными способами, обводя препятствия: дети выполняют ведение мяча изучаемыми способами, перемещаясь по площадке, на которой в произвольном порядке установлены различные препятствия (фишки-ориентиры), дети выполняют ведение мяча в пределах круга диаметром 8-10 м, стараясь не касаться товарищей и их мячей.</p> <p>3. Подвижная игра «К своим флагкам».</p>	<p>во время удара напрягается. Держать голову приподнятой. Не касаться при ведении мячом препятствий. Упражнение проводится в форме игры - «Кто сделает меньше ошибок»</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть: Медленный бег в сочетании с ходьбой. Прыжки с короткой скакалкой. Упражнение на расслабление - растягивание плечевых мышц, ахиллова сухожилия. 3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.  Движения плавные. Повтор: 2-3 раза.</p>	
14	<p>1. Упражнять в технике удара по мячу серединой подъема по неподвижному мячу и с одного шага разбега. 2. Упражнять в технике ведения различными способами, обводя препятствия. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать смелость, решительность в действиях.</p>	<p>I. Вводная часть: 1. Построение в одну шеренгу. 2. Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с бегом приставными шагами с хлопками ладонями перед собой и за спиной. 3. Упражнение на растягивание плечевых мышц: дети заносят одну руку в противоположную сторону параллельно плечам; другой рукой обхватывают первую в области локтя, надавливая на нее. Затем руки меняют.</p>	<p>Дистанция - 2 круга.  Движения плавные. Повтор: 2-3 раза каждой рукой.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, гимнастические палки по количеству детей, конусы - ориентиры, набивные мячи, ворота футбольные малые, скакалки, флаги двух цветов</p>
		<p>II. Основная часть: 1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 4. 2. Основные движения. 2.1. Ведение мяча различными способами, обводя препятствия: - ведение мяча изучаемыми способами, перемещаясь по площадке, на которой зигзагом расположены конусы, по подгруппам: стоя в шеренгу у противоположных сторон площадки, дети выполняют ведение мяча вперед,</p>	<p>Не касаться при ведении мячом препятствий. Повтор: 2-3 раза. Обратить внимание на оттягивание носка бьющей ноги вниз.</p>	

		<p>стараясь не касаться приближающихся к ним товарищей и их мячей. В итоге дети меняются местами.</p> <p>2.2. Удар серединой подъема: дети выполняют удар по неподвижному мячу с места в стенку с обозначенными набивными мячами воротами с расстояния 5-6 м, дети выполняют удар по мячу в ворота с одного шага разбега.</p> <p>3. Подвижная игра «К своим флагжкам».</p>		
		<p>III. Заключительная часть: Ходьба с изменением темпа движения. Прыжки с короткой скакалкой. Упражнение на расслабление - растягивание мышц передней поверхности бедра. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг. 2-3 подхода. Движения плавные. Ноги менять. Повтор: 2-3 раза.</p>	
15	<p>1. Познакомить с техникой остановки опускающегося мяча подошвой.</p> <p>2. Упражнять в технике удара серединой подъема по неподвижному мячу с разбега в 2-3 шага.</p> <p>Развивать координацию движений.</p> <p>3. Поддерживать интерес к игре с мячом.</p>	<p>I. Вводная часть: 1. Построение в одну шеренгу. 2. Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с ходьбой приставным шагом (правым и левым боком) и скрестным шагом. 3. Подвижная игра «Светофор».</p> <p>II. Основная часть: 1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 4. 2. Основные движения. 1. Остановка опускающегося мяча подошвой: - демонстрация педагогом техники выполнения приема, - дети невысоко подбрасывают мяч перед собой, накрывая его в момент приземления подошвой, дети встают в 2-3 шагах перед стенкой и бросают мяч верхом так, чтобы, отразившись от нее, он опускался у их ног. Вынося согнутую в коленном суставе бьющую ногу, они в момент приземления останавливают мяч подошвой. Удар по неподвижному мячу серединой подъема: удар по неподвижному мячу с места в стенку с расстояния 3-4 м, выполнение удара с 2-3 шагов разбега в стенку с</p>	<p>Дистанция - 1 круг</p>	<p>Футбольные мячи и скакалки по количеству детей, гимнастические палки по количеству детей, конусы - ориентиры, стойки</p>

		расстояния 4-5 м. Подвижная игра «Салки с мячом».	Повтор: 2-3 раза.	
		III. Заключительная часть: Медленный бег в сочетании с ходьбой. Прыжки с короткой скакалкой. Упражнение на расслабление - растягивание плечевых мышц, ахиллова сухожилия. 3. Подведение итогов занятия.	Дистанция - 1 круг. Повтор: 2-3 раза.	
16	1. Упражнять в технике остановки опускающегося мяча подошвой. 2. Упражнять в технике удара серединой подъема по неподвижному мячу с разбега в 2-3 шага. Развивать ловкость. 3. Поддерживать интерес к упражнениям в парах.	I. Вводная часть: 1. Построение в одну шеренгу. 2. Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с бегом приставными шагами с хлопками ладонями перед собой и за спиной. 3. Упражнение на растягивание плечевых мышц  II. Основная часть: 1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 4. 2. Основные движения. 1. Остановка опускающегося мяча подошвой: - дети невысоко подбрасывают мяч перед собой, накрывая его в момент приземления подошвой, - дети встают в 2-3 шагах перед стенкой и бросают мяч верхом так, чтобы, отразившись от нее, он опускался у их ног. Вынося согнутую в коленном суставе бьющую ногу, они в момент приземления останавливают мяч подошвой, в парах: встав в 3 м напротив друг друга, дети верхом поочередно набрасывают мяч на партнера так, чтобы он опускался у его ног. Мяч останавливается подошвой. Удар по неподвижному мячу серединой подъема: удар по неподвижному мячу с места в стенку с расстояния 3-4 м, выполнение удара с 2-3 шагов разбега в стенку с расстояния 4-5 м. Ведение мяча разными изученными способами, обводя препятствия: змейкой вокруг конусов, зигзагом между стойками.	Дистанция - 2 круга. Повтор: 2-3 раза.  Повторить 6-8 раз.  Повторить 6-8 раз. Когда подошва накрывает мяч, голеностоп расслабляется.  Повторить 5-7 раз. Опорная нога ставится немного позади места приземления мяча. Повторить 6-8 раз. Обратить внимание на необходимость разбега по прямой линии. Обратить внимание на выполнение техники ведения мяча.	Футбольные мячи, гимнастические палки, скакалки по количеству детей, конусы-ориентиры, стойки

		Подвижная игра «Салки с мячом».	Повтор: 2-3 раза.	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба с изменением темпа движения.</p> <p>Прыжки с короткой скакалкой.</p> <p>Упражнение на расслабление - растягивание мышц передней поверхности бедра.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>2-3 подхода.</p> <p>Движения плавные. Ноги менять. Повтор: 2-3 раза.</p>	
17	<b>Промежуточная аттестация</b>			
18	<p>1. Познакомить детей с техникой передачи мяча внутренней стороной стопы в 2 касания.</p> <p>2. Упражнять в технике удара по мячу серединой подъема с разбега в 2-3 шага.</p> <p>3. Поддерживать активность, инициативу детей.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Чередование ходьбы обычной по периметру площадки с ходьбой с выпадами.</li> <li>4. Легкий бег в чередовании с ходьбой спиной вперед (5-6 м).</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</li> <li>2. Основные движения.</li> <li>2.1. Передачи мяча внутренней стороной стопы в 2 касания: <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: встав в 3-4 м друг перед другом, дети поочередно передают мяч низом партнеру, предварительно останавливая катящийся навстречу мяч подошвой,</li> <li>- дети встают в колонну по одному друг за другом. Впереди колонны в 3-4 м от впереди стоящего участника занимает место с мячом педагог. Он низом ударом внутренней стороной стопы направляет мяч головному игроку. Тот останавливает мяч подошвой и вторым касанием посыпает мяч внутренней стороной стопы педагогу, а сам переходит в конец колонны и т.д.</li> </ul> </li> <li>2.2. Удар по мячу серединой подъема с разбега в 2-3 шага: <ul style="list-style-type: none"> <li>- встав напротив стенки, дети с разбега в 2-3 шага наносят удары. Отраженный от стенки мяч останавливается изучаемыми способами.</li> </ul> </li> </ol> <p>3. Подвижная игра «Волки во рву».</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повторить 8-10 раз.</p> <p>Обратить внимание на необходимость нанесения удара по середине мяча.</p> <p>Отмечаются дети, наиболее правильно выполнившие задание.</p> <p>Дистанция - 6-7 м.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, скакалки, кубики</p>

		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Прыжки с короткой скакалкой с продвижением вперед.</li> <li>Ходьба в спокойной манере, перешагивая через препятствия (кубики).</li> <li>Подведение итогов занятия.</li> </ol>	<p>Дистанция - 1/2 круга. Дистанция - 1 круг. Соблюдать правильную осанку.</p>	
19	<p>1. Упражнять детей в технике передачи мяча внутренней стороной стопы в 2 касания.</p> <p>2. Продолжать упражнять в технике удара по мячу серединой подъема с разбега в 2-3 шага.</p> <p>3. Воспитывать целеустремленность.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Построение в одну шеренгу.</li> <li>Сочетание обычной ходьбы с ходьбой в приседе.</li> <li>Чередование бега в среднем темпе с бегом с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени.</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</li> <li>Основные движения. <ul style="list-style-type: none"> <li>2.1. Перекатывание мяча: <ul style="list-style-type: none"> <li>- перекатывание мяча назад и вперед как подошвой, так и подъемом, поочередно меняя ноги, - легкими движениями дети направляют мяч от одной стопы к другой, двигаясь при этом по прямой линии, периодически (по сигналу педагога) останавливают мяч подошвой стопы, после остановки изменяют направление движения.</li> </ul> </li> <li>2.2. Передачи мяча внутренней стороной стопы в 2 касания: <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: встав в 4-5 м друг перед другом, дети поочередно передают мяч низом партнеру, предварительно останавливая катящийся навстречу мяч подошвой,</li> <li>- дети встают в колонну по одному друг за другом. Впереди колонны в 3-4 м от впереди стоящего участника занимает место с мячом педагог. Он низом ударом внутренней стороной стопы направляет мяч головному игроку. Тот останавливает мяч подошвой и вторым касанием посыпает мяч внутренней стороной стопы педагогу, а сам переходит в конец колонны и т.д.</li> </ul> </li> <li>2.2. Удар по мячу серединой подъема с разбега в 2-3</li> </ul></li></ol>	<p>Дистанция - 1 круг. Дистанция - 1 круг. Дыхание произвольное.</p> <p>Повтор: 8-10 раз.</p> <p>Повтор: 2 раза.</p> <p>Повторить 8-10 раз. Обратить внимание на необходимость нанесения удара по середине мяча. Отмечаются дети, наиболее правильно выполнившие задание. Дистанция - 6-7 м.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, ворота футбольные, кегли</p>

		<p>шага:</p> <p>встав напротив стенки, дети с разбега в 2-3 шага наносят удары. Отраженный от стенки мяч останавливается изучаемыми способами.</p> <p>удар по мячу серединой подъема с разбега в 2-3 шага в ворота.</p> <p>3. Подвижная игра «Залпом - пли!».</p>		
		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Чередование обычной ходьбы по периметру площадки с ходьбой приставным шагом, с ходьбой скрестным шагом.</li> <li>2. Гимнастическая ходьба с носка с энергичным взмахом рук.</li> <li>3. Подведение итогов занятия.</li> </ol>	<p>Повтор: 2 раза.</p> <p>Дистанция - 1 круг. Соблюдать правильную осанку.</p>	
20	<p>1. Упражнять в передаче мяча в два и одно касание.</p> <p>2. Упражнять в ведении мяча с последующим ударом в цель. Развивать силу, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать интерес к результативным действиям с мячом.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Чередование ходьбы обычной по периметру площадки с ходьбой с выпадами.</li> <li>4. Легкий бег в чередовании с ходьбой спиной вперед (5-6 м).</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</li> <li>2. Основные движения.</li> <li>2.1. Передачи мяча в одно и два касания: <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети невысоко подбрасывают мяч перед собой, накрывая его в момент приземления подошвой,</li> <li>- дети встают в 2-3 шагах перед стенкой и бросают мяч верхом так, чтобы, отразившись от нее, он опускался у их ног. Вынося согнутую в коленном суставе бьющую ногу, они в момент приземления останавливают мяч подошвой,</li> <li>- в парах: встав в 3 м напротив друг друга, дети верхом поочередно набрасывают мяч на партнера так, чтобы он опускался у его ног. Мяч останавливается подошвой,</li> <li>- дети встают за линией круга, а педагог с мячом занимает место в центре. В медленном темпе они</li> </ul> </li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 5-7 раз.</p> <p>Повтор: 5-7 раз.</p> <p>Повтор: 5-7 раз</p> <p>При выполнении удара внешнее плечо</p>	<p>Футбольные мячи, скакалки по количеству детей, ворота футбольные кубики</p>

		<p>передвигаются по кругу против хода часовой стрелки, а педагог поочередно низом направляет мяч на ход бегущим. Дети ударом внутренней стороной стопы правой ноги в одно касание возвращают мяч в центр круга и т.д. Затем упражнения выполняются по ходу часовой стрелки левой ногой,</p> <p>2.2. Ведение мяча с последующим ударом в цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети выполняют ведение мяча внешней частью подъема по прямой линии (длиной 8 м), а затем выполняют удар по катящемуся мячу серединой подъема в малые ворота с расстояния 6-7 м.</li> </ul> <p>3. Подвижная игра «Мяч через голову» (в прямом и обратном направлении).</p>	<p>бьющего игрока выдвигается вперед, а носок опорной ноги смотрит в центр круга.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки с короткой скакалкой с продвижением вперед.</li> <li>2. Ходьба в спокойной манере, перешагивая через препятствия (кубики).</li> <li>3. Подведение итогов занятия.</li> </ol>	<p>Дистанция - 1/2 круга.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Соблюдать правильную осанку.</p>	
21	<p>1. Продолжать упражнять в передаче мяча в два и одно касание.</p> <p>2. Упражнять в ведении мяча с последующим ударом в цель. Развивать зрительно-моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать упорство в овладении техническими приемами.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Сочетание обычной ходьбы с ходьбой в приседе.</li> <li>3. Чередование бега в среднем темпе с бегом с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени.</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дыхание произвольное.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы-ориентиры, ворота</p> <p>футбольные</p>
		<p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</li> <li>2. Основные движения.</li> </ol> <p>2.1. Передача мяча в одно и два касания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети встают в 3-4 шагах перед стенкой и бросают мяч верхом так, чтобы, отразившись от нее, он опускался у их ног. Вынося согнутую в коленном суставе бьющую ногу, они в момент приземления останавливают мяч подошвой,</li> <li>- в парах: встав в 3-4 м напротив друг друга, дети верхом поочередно набрасывают мяч на партнера так, чтобы он опускался у его ног. Мяч останавливается</li> </ul>	<p>Повтор: 5-7 раз.</p> <p>Повтор: 5-7 раз</p> <p>При выполнении удара внешнее плечо бьющего</p>	

		<p>подошвой,</p> <p>- дети встают за линией круга, а педагог с мячом занимает место в центре. В медленном темпе они передвигаются по кругу против хода часовой стрелки, а педагог поочередно низом направляет мяч на ход бегущим. Дети ударом внутренней стороной стопы правой ноги в одно касание возвращают мяч в центр круга и т.д. Затем упражнения выполняются по ходу часовой стрелки левой ногой,</p> <p>в парах: каждый партнер имеет мяч. Они встают друг против друга и одновременно низом посылают мяч товарищу внутренней стороной стопы или внутренней частью подъема так, чтобы мячи не сталкивались.</p> <p>2.2. Ведение мяча с последующим ударом в цель:</p> <p>дети выполняют ведение мяча внешней частью подъема между конусами (2-3), выходят на прямую линию и выполняют удар по катящемуся мячу серединой подъема в малые ворота с расстояния 6-7 м.</p> <p>3. Подвижная игра «Мяч через голову» (в прямом и обратном направлении).</p>	<p>игрока выдвигается вперед, а носок опорной ноги смотрит в центр круга.</p> <p>Расстояние между партнерами - 5-6 м.</p> <p>Отмечается пара участников, выполнившая большее число передач без ошибок.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Чередование обычной ходьбы по периметру площадки с ходьбой приставным шагом, с ходьбой скрестным шагом.</p> <p>Гимнастическая ходьба с носка с энергичным взмахом рук.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Соблюдать правильную осанку.</p>	
22	<p>Упражнять в технике ведения мяча подошвой с обводкой стоек и последующим ударом внутренней частью подъема в цель.</p> <p>Развивать ловкость, выносливость.</p> <p>Воспитывать чувство товарищества.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Чередование ходьбы в среднем темпе с прыжками на одной и двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>Чередование бега в медленном темпе с бегом с ускорением.</p> <p>Упражнение на растягивание мышц груди. Дети сцепляют руки за спиной в замок. В этом положении они тянут руки вниз, стараясь, чтобы лопатки соединились.</p> <p>II. Основная часть:</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 4-5 отведений рук назад. Движения плавные.</p>	<p>Футбольные мячи, скакалки по количеству детей, мишень, стойки, ворота футбольные, шнурки</p>

		<p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 6.2.</p> <p>Основные движения.</p> <p>2.1. Ведение мяча:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети выполняют ведение подошвой по прямой, переводя мяч с одной ноги на другую,</li> <li>- то же, но с последующим ударом в цель (мишень или квадрат 1,5*1,5 м), обозначенную на стенке, с расстояния 5-6 м,</li> <li>- ведение мяча подошвой с обводкой стоек, расположенных по одной линии, и последующим ударом внутренней частью подъема в стену,</li> <li>- то же, но удар производится в малые ворота.</li> </ul> <p>2.2. Метание волейбольных мячей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: двумя руками из-за головы,</li> <li>- двумя руками от груди.</li> </ul> <p>3. Эстафета «Передай мяч» (в парах; передача мяча руками).</p>	<p>Дистанция - 10-12 м.</p> <p>Выполнить 2-3 раза.</p> <p>При ударе обратить внимание на выполнение проводки.</p> <p>Выполнить 2-3 раза.</p> <p>Повторить 3-4 раза.</p> <p>Расстояние между партнерами - 3-4 м.</p> <p>Повтор: 2 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на носках, пятках, обычная, - ходьба по шнуре, приставляя пятку одной ноги к носку другой; руки держать на поясе.</li> </ul> <p>2. Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Длина шнура - 3-4 м.</p>	
23	<p>1. Продолжать упражняться в технике ведения мяча подошвой с обводкой стоек и последующим ударом внутренней частью подъема в цель.</p> <p>2. Развивать выносливость, координационные способности.</p> <p>3. Воспитывать умение радоваться от собственных результативных действий.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Ходьба по периметру площадки с изменением темпа движения и прыжками на двух ногах с продвижением вперед.</li> <li>3. Бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени.</li> <li>4. Упражнение на растягивание задней поверхности бедра.</li> </ol> <p>II Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 6.</li> <li>2. Основные движения.</li> </ol> <p>2.1. Ведение мяча:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети выполняют ведение подошвой по диагонали,</li> </ul>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1/2 круга.</p> <p>Повтор: 2 раза с каждой ногой. Движения плавные.</p> <p>Выполнить 2-3 раза.</p> <p>При ударе обратить</p>	<p>Футбольные мячи, скакалки по количеству детей, мишень, стойки, ворота футбольные, флаги двух цветов</p>

		<p>переводя мяч с одной ноги на другую,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- то же, но с последующим ударом в цель (мишень или квадрат 1,5*1,5 м), обозначенную на стенке, с расстояния 5-6 м,</li> <li>- ведение мяча подошвой с обводкой стоек, расположенных зигзагообразно, и последующим ударом внутренней частью подъема в стену,</li> <li>- то же, но удар производится в малые ворота.</li> </ul> <p>2.2. Метание волейбольных мячей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в парах: двумя руками из-за головы,</li> <li>- двумя руками от груди,</li> <li>- одной рукой от плеча в горизонтальную мишень.</li> </ul> <p>3. Подвижная игра «К своим флагам».</p>	<p>внимание на выполнение проводки.</p> <p>Выполнить 2-3 раза.</p> <p>Повторить 3-4 раза.</p> <p>Расстояние между партнерами - 3-4 м.</p> <p>Расстояние до мишени - 4-5 м.</p> <p>Повтор: 2 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба «змейкой» с обходом стоек, расположенных через 1,5 м друг от друга, чередовать с легким бегом.</li> <li>2. Упражнение на расслабление - растягивание мышц поясницы и ног.</li> <li>3. Подведение итогов занятия</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Движения плавные.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
24	<p>1. Упражнять в технике остановки опускающегося мяча подошвой.</p> <p>2. Развивать внимание, зрительно-моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать интерес к упражнениям с мячом.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Чередование ходьбы в среднем темпе с прыжками на одной и двух ногах с продвижением вперед.</li> <li>3. Чередование бега в медленном темпе с бегом с ускорением.</li> <li>4. Упражнение на растягивание мышц груди. Дети сцепляют руки за спиной в замок. В этом положении они тянут руки вниз, стараясь, чтобы лопатки соединились.</li> </ol> <p>II Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 6.2. Основные движения.</li> <li>2.1. Ведение мяча, сочетая различные способы: <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Остановка катящегося мяча подошвой: <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети невысоко подбрасывают мяч перед собой, накрывая его в момент приземления подошвой,</li> <li>- дети встают в 2-3 шагах перед стенкой и бросают</li> </ul> </li> </ul> </li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 4-5 отведений рук назад.</p> <p>Движения плавные.</p>	<p>Футбольные мячи, скакалки по количеству детей, стойки, ворота футбольные</p>
				<p>Обратить внимание на амортизирующее движение бьющей ноги при приеме мяча.</p>

	<p>мяч верхом так, чтобы, отразившись от нее, он опускался у их ног. Вынося согнутую в коленном суставе бьющую ногу, они в момент приземления останавливают мяч подошвой,</p> <p>- в парах: встав в 3 м напротив друг друга, дети верхом поочередно набрасывают мяч на партнера так, чтобы он опускался у его ног. Мяч останавливается подошвой,</p> <p>- дети встают в колонну по одному. Педагог с мячом занимает позицию в 5 м перед колонной. Он по высокой траектории набрасывает мяч на головного участника так, чтобы мяч опускался в 1 м перед ним. Тот делает шаг опорной ногой вперед и останавливает мяч подошвой. Затем ударом внутренней стороной стопы отправляет мяч педагогу, а сам встает позади колонны и т.д.</p> <p>2. Прыжок с места в длину.</p> <p>3. Эстафета «Передай мяч» (в парах; передача мяча руками).</p>	<p>Повторить 6-7 раз.</p> <p>Повторить 6-8 раз.</p> <p>Повторить 2-3 раза. Отмечаются дети, выполнившие самые далекие прыжки.</p> <p>Повторить 2 раза.</p>	
	<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба:</p> <p>- на носках, пятках, обычная,- ходьба по шнуре, приставляя пятку одной ноги к носку другой; руки держать на поясе.</p> <p>2. Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 1 круг. Длина шнура - 3-4 м.</p>	
25	<p>1. Упражнять в технике остановки опускающегося мяча подошвой.</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих возможностях.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба по периметру площадки с изменением темпа движения и прыжками на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>3. Бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени.</p> <p>4. Упражнение на растягивание задней поверхности бедра.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 6.</p> <p>Основные движения.</p>	<p>Футбольные мячи, скакалки по количеству детей, конусы-ориентиры, стойки, флаги двух цветов</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1/2 круга. Повтор: 2 раза с каждой ногой. Движения плавные.</p> <p>Обратить внимание на</p>

	<p>2.1. Ведение мяча, сочетаая различные способы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Остановка катящегося мяча подошвой:           <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети невысоко подбрасывают мяч перед собой, накрывая его в момент приземления подошвой,</li> <li>- дети встают в 2-3 шагах перед стенкой и бросают мяч верхом так, чтобы, отразившись от нее, он опускался у их ног. Вынося согнутую в коленном суставе бьющую ногу, они в момент приземления останавливают мяч подошвой,</li> <li>- в парах: встав в 3 м напротив друг друга, дети верхом поочередно набрасывают мяч на партнера так, чтобы он опускался у его ног. Мяч останавливается подошвой,</li> <li>- Дети встают в колонну по одному. Перед колонной через каждые 1,5 м по одной линии устанавливаются несколько конусов. В 4-5 м от последнего конуса с мячом встает педагог. По сигналу первый номер обегает змейкой конусы. Как только он завершает это задание, педагог набрасывает мяч верхом в направлении бегущего, а тот в момент приземления останавливает его подошвой, а затем ударом внутренней стороной стопы посыпает мяч низом обратно педагогу. После этого он занимает место в конце колонны, а упражнение выполняет второй номер и т.д.</li> </ul> </li> </ol> <p>Прыжок с места в длину. Подвижная игра «К своим флагкам».</p>	<p>амортизирующее движение бьющей ноги при приеме мяча.</p> <p>Повторить 6-7 раз.</p> <p>Повторить 6-8 раз.</p> <p>Повторить 2-3 раза.</p> <p>Отмечаются дети, выполнившие самые далекие прыжки.</p> <p>Повторить 2 раза.</p>		
	<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба «змейкой» с обходом стоек, расположенных через 1,5 м друг от друга, чередовать с легким бегом.</p> <p>Упражнение на расслабление - растягивание мышц поясницы и ног.</p> <p>Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Движения плавные.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>		
26	<p>1. Упражнять в ведении мяча с обводкой препятствий.</p> <p>2. Упражнять в передаче мяча в парах в движении.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в шеренгу.</li> <li>2. Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с ходьбой с высоким подниманием бедра, в полуприседе.</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1/2 круга.</p>	<p>Футбольные мячи и скакалки по количеству детей, кубики,</p>

<p>Развивать ловкость.</p> <p>3. Воспитывать интерес к играм - упражнениям с мячом в парах.</p>	<p>3. Бег по коридору шириной 20 см.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 7.</p> <p>Упражнение на растягивание мышц поясницы и ног.</p> <p>Дети садятся, сгибают ноги в коленных суставах и обеими руками надавливают на колени, медленно наклоняя туловище вперед.</p> <p>2. Основные движения.</p> <p>2.1. Ведение мяча с обводкой препятствий:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети выполняют ведение мяча изучаемыми способами в пространстве площадки, обводя произвольно расставленные кубики,</li> <li>- по подгруппам: дети выполняют ведение мяча изучаемыми способами с обводкой стоек, расположенных зигзагообразно. Обратно - ведение по коридору шириной 1,5м.</li> </ul> <p>2. Удары в цель изучаемыми способами после ведения мяча:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети поочередно выполняют ведение мяча по прямой внутренней частью подъема, а затем с расстояния 4 м удар в щит размером 1*1 м,</li> <li>- дети поочередно выполняют ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по волнообразному коридору шириной 1,5 м, а затем удар внутренней стороной стопы в цель (кегля) с расстояния 4-5 м.</li> </ul> <p>3. Передачи мяча в парах в движении:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети образуют две колонны, которые строятся за одной линией старта. Расстояние между колоннами - 3-4 м. Игроки одной из колонн имеют по мячу. По сигналу головные игроки обеих колонн начинают продвигаться вперед, передавая мяч друг другу в одно касание. Пройдя всю дистанцию, они возвращаются бегом назад. Теперь так же действуют вторые номера и т.д.,</li> <li>- в парах: партнеры встают в 3-4 м друг от друга. Один из них имеет мяч. Он внутренней стороной</li> </ul>	<p>конусы-ориентиры, стойки, шнуры, щит 1х1м, ворота футбольные</p> <p>Движения плавные. Повтор: 3-4 раза. Участники не должны сталкиваться между собой и касаться чужих мячей.</p> <p>При ведении голову держать приподнятой. Повторить 5-6 раз.</p> <p>Повторить 5-6 раз.</p> <p>Дистанция - длина площадки.</p> <p>Дистанция - длина</p>
---	---	---

		<p>стопы низом посыпает мяч вправо от партнера, который приставными шагами продвигается туда же и также ударом по мячу правой ногой внутренней стороной стопы посыпает мяч вправо от товарища и т.д. Пройдя всю дистанцию, они возвращаются обратно, выполняя передачи левой ногой.</p> <p>3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	площадки.	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. Чередовать с ходьбой, скакалка в руках.</p> <p>Упражнения на расслабление - растягивание задней поверхности бедра, мышц поясницы и ног.</p> <p>Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Движения плавные.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
27	<p>1. Продолжать упражнять в ведении мяча с обводкой препятствий; в передаче мяча в парах в движении.</p> <p>2. Развивать ловкость, координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать желание действовать результативно.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Построение в одну шеренгу.</li> <li>Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с ходьбой на носках, держа руки на затылке (6-8 м), в полуприседе (5-6 м), с изменением темпа движения.</li> <li>Чередование бега в спокойной манере с ускорением на 6-7 м.</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, конусы-ориентиры, стойки, щит 1x1 м, дуги, гимнастическая скамейка</p>
		<p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Комплекс общеразвивающих упражнений № 7.</li> <li>Упражнение на растягивание мышц поясницы и ног.</li> <li>Основные движения. <ul style="list-style-type: none"> <li>2.1. Ведение мяча с обводкой препятствий: дети, встав шеренгой, выполняют ведение мяча вперед. По сигналу они имитируют удар по мячу, а сами выполняют рывок с мячом в сторону, - дети выполняют ведение мяча изучаемыми способами в пределах круга диаметром 12-15 м. По звуковому сигналу они меняются мячами с ближайшим партнером и вновь продолжают ведение.</li> <li>2. Удары в цель изучаемыми способами после ведения мяча: - дети поочередно выполняют ведение мяча</li> </ul> </li> </ol>	<p>Движения плавные.</p> <p>Повтор: 3-4 раза.</p> <p>Участники не должны сталкиваться между собой и касаться чужих мячей.</p> <p>При ведении голову держать приподнятой.</p> <p>Повторить 5-6 раз.</p>	

		<p>внутренней частью подъема с обводкой стоек, а затем с расстояния 3-4 м удар в щит размером 1*1 м,</p> <p>- дети поочередно выполняют ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по зигзагообразному линии, а затем удар внутренней стороной стопы в цель (дугу) с расстояния 4-5 м.</p> <p>3. Передачи мяча в парах в движении:</p> <p>дети образуют две колонны, которые строятся за одной линией старта. Расстояние между колоннами - 3-4 м. Игроки одной из колонн имеют по мячу. По сигналу головные игроки обеих колонн начинают продвигаться вперед, передавая мяч друг другу в одно касание. Пройдя всю дистанцию, они возвращаются бегом назад. Теперь так же действуют вторые номера и т.д.;</p> <p>в парах: партнеры встают в 3-4 м друг от друга. Один из них имеет мяч. Он внутренней стороной стопы низом посыпает мяч вправо от партнера, который приставными шагами продвигается туда же и также ударом по мячу правой ногой внутренней стороной стопы посыпает мяч вправо от товарища и т.д. Пройдя всю дистанцию, они возвращаются обратно, выполняя передачи левой ногой.</p> <p>3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	<p>Повторить 5-6 раз.</p> <p>Повтор: 2 раза.</p> <p>Обратить внимание на осанку детей, голову держать прямо.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс. На середине скамейки остановиться, выполнить хлопок в ладоши перед собой и продолжить движение.</p> <p>Подвижная игра «Слушай сигнал».</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - длина площадки</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
28	<p>Познакомить с техникой остановки опускающегося мяча подошвой и остановки низколетящего мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>3. Развивать внимание,</p>	<p>I Вводная часть:</p> <p>Построение в шеренгу.</p> <p>Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с ходьбой с высоким подниманием бедра, в полуприседе.</p> <p>Бег по коридору шириной 20 см.</p> <p>II Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 7.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1/2 круга.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, шнур, ворота футбольные скакалки</p>

	<p>ловкость, координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать волевые качества.</p>	<p>2. Основные движения.</p> <p>2.1. Остановка опускающегося мяча подошвой:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- встав в 3-4 м напротив стенки, дети двумя руками от груди бросают мяч верхом в стенку. Отраженный мяч останавливается подошвой,</li> <li>- в парах: встав в 3-4 м друг против друга, дети поочередно набрасывают мяч партнеру так, чтобы он приземлялся перед ним. Партнер, сделав шаг вперед, останавливает мяч подошвой.</li> </ul> <p>2.2. Остановка низколетящего мяча внутренней стороной стопы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрация техники остановки низколетящего мяча педагогом,</li> <li>- встав в 2-3 м от стенки, дети двумя руками от живота бросают мяч на средней высоте в стенку так, чтобы, отразившись от нее, мяч летел прямо им в ногу. Летящий мяч останавливается внутренней стороной стопы</li> <li>- в парах: встав в 3 м друг перед другом, партнеры поочередно набрасывают мяч двумя руками от живота так, чтобы, не приземляясь, мяч летел на уровне голени. Летящий мяч останавливается внутренней стороной стопы.</li> </ul> <p>3. Игровое упражнение 3*3.</p>	<p>Повторить 6-8 раз.</p> <p>Перед приземлением мяча опорная нога выполняет шаг вперед.</p> <p>То же.</p> <p>Цель - создание общего представления о приеме.</p> <p>Повторить 8 раз.</p> <p>Бьющая нога выносится навстречу мячу, ее стопа сильно разворачивается наружу. В момент соприкосновения с мячом стопа мягко отводится назад.</p> <p>Повторить 8 раз.</p> <p>Тяжесть тела переносится на опорную ногу согнутую в коленном суставе. Ее носок совпадает с направлением летящего мяча.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. Чередовать с ходьбой, скакалка в руках.</li> <li>2. Упражнения на расслабление - растягивание задней поверхности бедра, мышц поясницы и ног.</li> <li>3. Подведение итогов занятия</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Движения плавные.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
29	<p>1. Упражнять в технике остановки опускающегося мяча подошвой и остановки низколетящего мяча внутренней стороной стопы.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Ходьба обычная по периметру площадки в чередовании с ходьбой на носках, держа руки на затылке (6-8 м), в полуприседе (5-6 м), с изменением темпа движения.</li> <li>3. Чередование бега в спокойной манере с ускорением</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, шнур, футбольные скакалки, гимнастическая</p>

	<p>3. Развивать чувство партнера, координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать осознанное выполнение действий с мячом.</p>	<p>на 6-7 м.</p> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 7.</li> <li>2. Основные движения.</li> </ol> <p>2.1. Остановка опускающегося мяча подошвой:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- встав в 3-4 м напротив стенки, дети двумя руками от груди бросают мяч верхом в стенку. Отраженный мяч останавливается подошвой,</li> <li>- в парах: встав в 4-5 м друг против друга, дети поочередно набрасывают мяч партнеру так, чтобы он приземлялся перед ним. Партнер, сделав шаг вперед, останавливает мяч подошвой,</li> <li>- то же, но мяч набрасывается через шнур, натянутый между партнерами на высоте 1,5 м.</li> </ul> <p>2.2. Остановка низколетящего мяча внутренней стороной стопы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- встав в 2-3 м от стенки, дети двумя руками от живота бросают мяч на средней высоте в стенку так, чтобы, отразившись от нее, мяч летел прямо им в ногу.</li> </ul> <p>Летящий мяч останавливается внутренней стороной стопы,- в парах: встав в 3 м друг перед другом, партнеры поочередно набрасывают мяч двумя руками от живота так, чтобы, не приземляясь, мяч летел на уровне голени.</p> <p>Летящий мяч останавливается внутренней стороной стопы.</p> <p>3. Игровое упражнение 3*3.</p>	<p>Повторить 6-8 раз.</p> <p>То же.</p> <p>Повторить по 6-8 раз.</p> <p>Повторить 6-8 раз.</p> <p>Повторить 6-8 раз.</p>	скамейка
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс. На середине скамейки остановиться, выполнить хлопок в ладоши перед собой и продолжить движение.</p> <p>Подвижная игра «Слушай сигнал».</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Повтор: 2 раза. Обратить внимание на осанку детей, голову держать прямо.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
30	1. Упражнять в технике остановки низколетящего мяча внутренней стороной	<p>T. Вводная часть:</p> <p>Построение в колонну по одному.</p> <p>Чередование ходьбы в среднем темпе с изменением темпа движения и бегом с перепрыгиванием через</p>	Дистанция - 2 круга.	Футбольные мячи по количеству детей, кубики, ворота

	<p>стопы.</p> <p>3. Развивать умение сочетать ведение мяча разными способами с передачей мяча партнеру. Развивать быстроту, ловкость, точность движений.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p>	<p>препятствия (кубики), расставленные по ходу движения.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 8.</p> <p>Основные движения:</p> <p>2.1. Остановка низколетящего мяча внутренней стороной стопы:</p> <p>дети встают в колонну по одному. Впереди колонны на расстоянии 4 м занимает позицию педагог. Он набрасывает мяч на головного игрока так, чтобы он опускался ему в ноги. Тот выполняет остановку внутренней стороной стопы,</p> <p>в парах: встав напротив друг друга на расстоянии 45 м, партнеры поочередно набрасывают мяч друг другу, останавливая его подошвой,</p> <p>встав перед стенкой, дети набрасывают мяч в стенку, останавливая отраженный от нее мяч внутренней стороной стопы.</p> <p>2.2. Сочетание ведения мяча различными способами с последующей передачей мяча партнеру:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети располагаются в 4-5 м друг от друга, у одного из них мяч. Они перемещаются параллельно друг другу, посыпая мяч партнеру «на ход». Партнер останавливает мяч подошвой правой или левой ноги, и делает возвратный пас.</li> <li>- упражняются 2 игрока. Один из них занимает позицию в центре круга диаметром 5 м. Его партнер выполняет ведение мяча по границе круга, периодически посыпая мяч низом товарищу в центр круга. Тот в одно касание посыпает мяч на ход первому, который, приняв мяч внутренней стороной стопы, продолжает ведение и т.д. Периодически партнеры меняются ролями.</li> </ul> <p>3. Игровое упражнение 5*5 с воротами футбольными малыми.</p>	<p>Обратить внимание на сгибание в коленном суставе опорной ноги в момент приема мяча бьющей ногой.</p>	<p>футбольные</p>
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Чередование бега лицом вперед в среднем темпе с бегом приставным шагом.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p>	

		<p>2. Чередование ходьбы приставным шагом с ходьбой скрестным шагом.</p> <p>3. Упражнения на расслабление - растягивание плечевых мышц, мышц задней поверхности бедра. 4. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Движения плавные.</p> <p>Повтор: 2 раза.</p>	
31	<p>1. Продолжать упражнять в технике остановки низколетящего мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>2. Упражнять в ведении и передаче мяча партнеру на месте и в движении.</p> <p>3. Развивать зрительно-моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать интерес к командной игре.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Чередование ходьбы с среднем темпе с прыжками на одной и двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>3. Чередование бега в медленном темпе с бегом с ускорением.</p> <p>4. Упражнение на растягивание мышц груди.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 8.</p> <p>2. Основные движения:</p> <p>2.1. Остановка низколетящего мяча внутренней стороной стопы:</p> <p>- дети встают в колонну по одному. Впереди колонны на расстоянии 4 м занимает позицию педагог. Он набрасывает мяч на головного игрока так, чтобы он опускался ему в ноги. Тот выполняет остановку внутренней стороной стопы,</p> <p>- в парах: встав напротив друг друга на расстоянии 4-5 м, партнеры поочередно набрасывают мяч друг другу, останавливая его подошвой,</p> <p>- встав перед стенкой, дети набрасывают мяч в стенку, останавливая отраженный от нее мяч внутренней стороной стопы.</p> <p>3. Передача мяча партнеру на месте и в движении:</p> <p>- передачи мяча в тройках на месте. Дети располагаются на одной линии, в 3-4 м друг от друга. Мячи у крайних игроков. Один из них делает передачу центральному игроку, тот идет навстречу движущемуся к нему мячу, останавливает его и возвращает мяч партнеру. Быстро разворачивается на 180° к другому партнеру, идет на посланный им мяч и</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 4-5 отведений рук назад. Движения плавные.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, ворота футбольные</p> <p>Обратить внимание на сгибание в коленном суставе опорной ноги в момент приема мяча бьющей ногой.</p> <p>Мяч набрасывается так, чтобы он опускался на партнера чуть ниже его колена. Дистанция - 3-4 м.</p> <p>Передача выполняется внутренней стороной стопы или внутренней частью подъема.</p> <p>После 3-4 повторений происходит смена партнеров.</p> <p>Упражнение выполняется с учетом низкой скорости перемещений детей, каждый из них сделает по 3-4 паса.</p>

		<p>после остановки делает возвратный пас.</p> <p>- передачи мяча в тройках в движении. В исходном положении дети располагаются на трех параллельных линиях в 3-4 м друг от друга, у одного из крайних игроков мяч. По сигналу тренера все трое начинают движение по этим параллельным линиям, и одновременно крайний делает пас на ход игроку, движущемуся по центральной линии. Тот, не прекращая движения, останавливает мяч подходящим приемом и делает передачу на другой край.</p> <p>4. Игровое упражнение 5*5 с воротами футбольными малыми.</p>		
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба в среднем темпе по периметру площадки. По сигналу педагога «Вверху!» дети поднимают руки над головой и выполняют хлопок над головой, по сигналу «Впереди» - хлопок перед собой, «Сзади» - хлопок за спиной.</p> <p>2. Подведение итогов занятия</p>	Дистанция - 1 круг.	
32	<p>1.Продолжать упражнять в технике остановки низколетящего мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>3. Упражнять в ведении мяча разными способами с передачей мяча партнеру, ударами по мячу. Развивать зрительно-моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать интерес к командной игре.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>Построение в колонну по одному.</p> <p>Чередование ходьбы в среднем темпе с изменением темпа движения и бегом с перепрыгиванием через препятствия (кубики), расставленные по ходу движения.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 8.</p> <p>Основные движения:</p> <p>Остановка низколетящего мяча внутренней стороной стопы:</p> <p>- дети встают в 5 шагах перед стенкой. У каждого ребенка мяч. Дети бросают по кругой траектории мяч в стену, а затем, сделав движение вперед, стараются принять отраженный от стенки мяч внутренней стороной стопы,</p> <p>у каждого ребенка мяч. Дети свечкой бросают мяч верх так, чтобы он опускался у них за спиной. Повернувшись на 180°, они принимают его внутренней стороной стопы.</p>	<p>Дистанция - 2 круга.</p> <p>Повтор: 6-8 раз.</p> <p>Повтор: 6-8 раз.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, кубики, ворота футбольные</p>

	<p>Сочетание ведения мяча различными способами с последующей передачей мяча партнеру, ударом по мячу: дети, встав в шеренгу, выполняют ведение мяча по площадке. По сигналу они проносят бьющую ногу над мячом, затем подправляют мяч внешней частью подъема этой же ноги и вновь осуществляют ведение мяча, но в другую сторону. По сигналу педагога дети ударом по мячу передают его ближайшему партнеру, и движение продолжается,</p> <p>- дети делятся на две группы. Каждая занимает позицию за одной из лицевых линий площадки. У каждого игрока мяч. По сигналу игроки одной из групп ударом внутренней частью подъема посыпают мячи в ворота, сооруженные из конусов. Таких ворот двое. Подсчитывается число точных попаданий. Когда все участники этой группы пробуют по цели, задание выполняет другая группа и т.д. Победителем объявляется группа, имеющая в сумме всех попыток большее число попаданий.</p> <p>3. Игровое упражнение 5*5 с воротами футбольными малыми.</p>	<p>Повтор: 3-4 раза. Рис. 104, стр. 80 (Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в ДОУ»)</p> <p>Каждая группа выполняет по 4 попытки. Рис. 84, стр. 63 (Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в ДОУ»)</p>		
	<p>III. Заключительная часть:</p> <p>Чередование бега лицом вперед в среднем темпе с бегом приставным шагом.</p> <p>Чередование ходьбы приставным шагом с ходьбой скрестным шагом.</p> <p>Упражнения на расслабление - растягивание плечевых мышц, мышц задней поверхности бедра.</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Движения плавные. Повтор: 2 раза.</p>		
33-35	<p>1.Продолжать упражнять в технике остановки низколетящего мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>3. Упражнять в ведении мяча разными способами с передачей мяча партнеру,</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Чередование ходьбы с среднем темпе с прыжками на одной и двух ногах с продвижением вперед.</li> <li>3. Чередование бега в медленном темпе с бегом с ускорением.</li> <li>4. Упражнение на растягивание мышц груди.</li> </ol>	<p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Дистанция - 1 круг.</p> <p>Повтор: 4-5 отведений рук назад. Движения плавные.</p>	<p>Футбольные мячи по количеству детей, ворота футбольные</p>

<p>ударах по мячу.</p> <p>3. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений.</p> <p>4. Поддерживать желание играть в футбол.</p>	<p><b>II. Основная часть:</b></p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений № 8.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>Остановка низколетящего мяча внутренней стороной стопы:</p> <p>дети встают в 5 шагах перед стенкой. У каждого ребенка мяч. Дети бросают по крутой траектории мяч в стену, а затем, сделав движение вперед, стараются принять отраженный от стенки мяч внутренней стороной стопы, у каждого ребенка мяч. Дети свечкой бросают мяч верх так, чтобы он опускался у них за спиной. Повернувшись на 180°, они принимают его внутренней стороной стопы. Ведение мяча различными способами с последующей передачей мяча партнеру, удару по мячу:</p> <p>в четверках: одна пара встав напротив другой на расстоянии 15 м, партнеры поочередно осуществляют ведение мяча различными способами на 8-10 м в направлении другой пары. Пройдя 10 м, очередной ведущий выполняет передачу низом на партнера, стоящего в противоположной четверке, а сам встает в ее конец. Приняв мяч под подошву, ведение начинает головной игрок этой колонны и т.д.,</p> <p>дети, встав в шеренгу, выполняют ведение мяча по площадке. По сигналу они проносят бьющую ногу над мячом, затем подправляют мяч внешней частью подъема этой же ноги и вновь осуществляют ведение мяча, но в другую сторону. По сигналу педагога дети ударом по мячу передают его ближайшему партнеру, и движение продолжается.</p> <p>Игровое упражнение 5*5 с воротами футбольными малыми.</p>	<p>Повтор: 6-8 раз</p> <p>Повтор: 6-8 раз</p> <p>Передача выполняется внутренней стороной стопы или внутренней частью подъема.</p> <p>Повтор: 3-4 раза. Рис. 104, стр. 80 (Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в ДОУ»)</p>	
	<p><b>III. Заключительная часть:</b></p> <p>1. 1. Ходьба в среднем темпе по периметру площадки. По сигналу педагога «Вверху!» дети поднимают руки над головой и выполняют хлопок над головой, по сигналу «Впереди» - хлопок перед собой, «Сзади» - хлопок за спиной.</p>	<p>Дистанция - 1 круг.</p>	

		3. Подведение итогов занятия		
36	<b>Промежуточная аттестация</b>			

## Комплексы общеразвивающих упражнений

### **Комплекс ОРУ № 1:**

- И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), руки вдоль туловища. 1 - шаг вправо, руки в стороны, 2 - руки вверх, 3 - руки в стороны, 4 - исходное положение. То же влево. (Повтор: 6-8 раз)
- И.П. - стойка ноги врозь, руки на поясе. 1 - поворот вправо (влево), отвести правую (левую) руку вправо (влево), 2 - вернуться в исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)
- И.П. - стойка ноги на ширине плеч, руки внизу. 1 - руки в стороны, 2 - наклониться вперед, коснуться пальцами рук правого носка, 3 - выпрямиться, руки в стороны, 4 - исходное положение. То же, но коснуться левого носка. (Повтор: по 6 раз)
- И.П. - лежа на животе, руки прямые. 1-2 - прогнуться, руки вперед-вверх, 3-4 - исходное положение (Повтор: 6-8 раз)
- И.П. - сидя на полу, руки в упоре сзади. 1 - поднять прямые ноги вверх-вперед (угол), 2 - исходное положение, плечи держать ровно. (Повтор: 6-8 раз)
- И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), руки на поясе. 1 -2 - приседая, колени развести в стороны, руки вперед, 3-4 - выпрямиться, исходное положение (Повтор: 6-8 раз)
- И.П. - стойка ноги вместе, руки на поясе. 1-прыжком ноги врозь, руки в стороны, 2 - исходное положение. Прыжки выполняются на счет 1 -8 несколько раз подряд в чередовании с небольшой паузой между ними.

### **Комплекс ОРУ № 2 (с мячом):**

- И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), мяч в обеих руках внизу. 1 - поднять мяч вверх, 2 - опустить мяч за голову, 3 - поднять мяч вверх, 4 - исходное положение (Повтор: 6-8 раз).
- И.П. - стойка ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди. Броски мяча о пол и ловля его. Выполняется в произвольном темпе. (Повтор: 6-8 раз)
- И.П. - стойка ноги слегка расставлены, мяч у груди. 1-2 - поворот вправо (влево), ударить мячом о пол, поймать его, 3-4 - вернуться в исходное положение. Выполняется в произвольном темпе несколько раз подряд. (по 4 раза в каждую сторону)
- И.П. - лежа на спине, мяч в обеих руках за головой. 1 -2 - повернуться на живот, мяч в прямых руках, 3 -4 - повернуться на спину, исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)
- И.П. - стойка ноги врозь, мяч в согнутых руках перед грудью. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Темп выполнения произвольный. (Повтор: 8-10 раз)
- И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), мяч внизу. 1-2 - присесть, мяч вынести вперед, 3-4 исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)
- И.П. - стоя ноги слегка расставлены, мяч на полу. Прыжки на двух ногах вокруг мяча в обе стороны с небольшой паузой. Повторить 3-4 раза

### **Комплекс ОРУ № 3:**

И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), руки согнуты к плечам. 1 -4 - круговые движения руками вперед, 5-8 - то же назад. (Повтор: 6-8

раз)

И.П. - стойка ноги врозь, руки за головой. 1 - шаг вправо, 2 - наклониться вправо,

3 - выпрямиться, 4 - исходное положение. То же влево. (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - стойка ноги врозь руки на поясе. 1 - руки в стороны, 2 - наклониться к правой ноге, хлопнуть в ладоши за коленом, 3 - выпрямиться, руки в стороны, 4 - исходное положение. То же к левой ноге. (Повтор: 6 раз)

И.П. - лежа на спине, руки прямые за головой. 1 -2 - поднять правую прямую ногу вперед-вверх, хлопнуть в ладоши под коленом правой (левой) ноги, 3 -4 - исходное положение(Повтор: 6 раз)

И.П. - сидя ноги прямые, руки в упоре сзади. 1-2 - поднять прямые ноги вверх, 3-4

- вернуться в исходное положение (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), руки на поясе. 1-2 - приседая, колени развести в стороны, руки вперед, 3-4 - выпрямиться, исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки вро<sup>в</sup>ь), руки в стороны. 1 - прыжком ноги врозь, хлопок над головой, 2 - исходное положение. На счет 1-8, повторить 2-3 раза

#### **Комплекс ОРУ № 4 (с гимнастической палкой):**

1. И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), палка внизу хватом на ширине плеч. 1 - палку вверх, 2 - сгибая руки, палку назад на лопатки, 3 - палку вверх, 4 - исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

2. И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), палка внизу хватом на ширине плеч. 1 - палку вверх, 2 - сгибая руки, палку назад на лопатки, 3 - палку вверх, 4 - исходное положение (Повтор: 6-8 раз)

3. И.П. - сидя, палка перед грудью в согнутых руках. 1 - палку вверх, 2 - наклониться вперед, коснуться пола, 3 - палку вверх, 4 - исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

4. И.П. - лежа на спине, палка в прямых руках за головой. 1 - поднять правую прямую ногу вверх - вперед, коснуться палкой голени ноги, 2 - вернуться в исходное положение. То же левой ногой. (Повтор: 6-8 раз)

5. И.П. - лежа на животе, ноги прямые, палка в согнутых руках перед грудью, 1 -2 - прогнуться, палку вперед - вверх, 3-4 - исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

6. И.П. - стойка ноги на ширине ступни, палка внизу. 1 - палку вверх, 2 - присесть, палку вынести вперед, 3 - встать, палку вверх, 4 - исходное положение (Повтор: 6-8 раз)

7. И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), палка хватом на ширине плеч внизу. 1 - прыжком ноги врозь, палку вверх, 2 - прыжком в исходное положение. Выполняется на счет 1-8, повторить 2-3 раза, темп умеренный.

#### **Комплекс ОРУ № 5 (с мячом):**

1. И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), мяч в обеих руках внизу. 1

- поднять мяч вверх, 2 - опустить мяч за голову, 3 - поднять мяч вверх, 4 - исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

2. И.П. - стойка ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди. Броски мяча о пол и ловля его. Выполняется в произвольном темпе. (8-10 раз)

3. И.П. - стойка ноги слегка расставлены, мяч у груди. 1-2 - поворот вправо (влево), ударить мячом о пол, поймать его, 3-4 - И.П. (Повтор: по 4 раза в каждую сторону)

4. И.П. - стойка на коленях, сидя на пятках, мяч перед собой на полу. 1-4 - катание мяча вокруг туловища вправо (влево), помогая руками. (Повтор: 4 раза в каждую сторону)

5. И.П. - стойка ноги врозь, мяч в согнутых руках перед грудью. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Темп выполнения произвольный. (8-10 раз)

6. И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), мяч внизу. 1-2 - присесть, мяч вынести вперед, 3-4 - исходное положение (Повтор: 6 раз)  
7. И.П. - стоя ноги слегка расставлены, мяч на полу. Прыжки на двух ногах вокруг мяча в обе стороны с небольшой паузой. Повторить 3-4 раза

#### **Комплекс ОРУ № 6 (со скакалкой):**

- И.П. - стойка ноги врозь, скакалка, сложенная вдвоем, внизу. 1 - поднять скакалку вверх, 2 - опустить скакалку за голову, на плечи, 3 - скакалку вверх, 4 - исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)  
И.П. - стойка ноги врозь, скакалка внизу. 1 - поднять скакалку вверх, 2 - наклониться вправо, 3 - выпрямиться, 4 - исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - стойка ноги врозь, скакалка внизу. 1 - скакалку вверх, 2 - наклон вперед, коснуться пола, 3 - выпрямиться, скакалку вверх<sup>31</sup> - исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - лежа на спине, скакалка зацеплена за ступни ног, руки прямые. 1-2 - поднять прямые ноги, натягивая скакалку, сделать угол, 3-4 - исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - лежа на животе, скакалка в согнутых руках перед собой. 1 - прогнуться, скакалку вверх, 2 - вернуться в исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - сидя ноги врозь, скакалка на коленях. 1 - поднять скакалку вверх, 2 - наклониться вперед, коснуться скакалкой пола как можно дальше, 3 - выпрямиться, скакалку вверх, 4 - вернуться в исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

Прыжки на двух ногах на месте через короткую скакалку. Выполняется серией прыжков по 10- 15 раз подряд, затем пауза и снова повторить прыжки.

#### **Комплекс ОРУ № 7 (с мячом):**

1. И.П. - основная стойка, мяч внизу. 1 - мяч на грудь, согнув локти, 2 - мяч вверх, поднимаясь на носки, руки прямые, 3 - мяч на грудь, 4 - исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

2. И.П. - стойка ноги на ширине плеч, мяч вниз. 1 - мяч вверх, 2 - наклон вперед, коснуться правого (левого носка), 3 - выпрямиться, мяч вверх, 4 - исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

3. И.П. - стойка на коленях, сидя на пятках, мяч перед собой в обеих руках. 1-4 - поворот туловища вправо (влево), перебирая мяч руками и прокатывая его вокруг туловища (Повтор: 4 раза в каждую сторону)

4. И.П. - лежа на животе, ноги прямые, мяч в согнутых руках перед собой. 1 - прогнуться, поднять мяч вперед, 2 - вернуться в исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

5. И.П. - стойка ноги на ширине плеч, мяч вниз. 1 -2 - наклон вправо (влево) медленным движением, 3-4 - И.П. (Повтор: 6-8 раз)

6. И.П. - основная стойка, мяч вниз. 1-2 - присед, мяч вперед, 3-4 - вернуться в исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

7. И.П. - основная стойка, мяч на полу. Прыжки вокруг мяча вправо и влево. (Повтор: 4 раза в каждую сторону)

#### **Комплекс ОРУ № 8 (с мячом):**

И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), мяч внизу. 1 - поднять мяч вперед, 2 - мяч вверх, 3 - мяч вперед, 4 - исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках у груди. 1 - наклониться вперед к правой ноге, 2-3 - прокатить мяч от правой к левой ноге и обратно, 4 - исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - сидя, ноги прямые, руки в упоре сзади, мяч на стопах. 1-2 - поднять прямые ноги, скатить мяч на грудь, поймав его, 3-4 - вернуться в исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - лежа на спине, мяч в обеих руках за головой. 1 -2 - согнуть ноги в коленях, подтянув к животу, и коснуться мячом колен, 3-4 - выпрямить

колени, убрать руки за голову, вернуться в исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - стойка на коленях, мяч на полу. 1 -4 - катание мяча вправо, назад и, перехватывая левой рукой, возвращение в исходное положение. То же с поворотом влево. (Повтор: по 4 раза в каждую сторону)

И.П. - основная стойка (пятки вместе, носки врозь), мяч в согнутых руках у груди. 1-2 - присесть, вынести мяч вперед, руки прямые, 3-4 - вернуться в исходное положение. (Повтор: 6-8 раз)

И.П. - стойка ноги врозь, мяч внизу Броски мяча вверх и ловля его двумя руками (10-12 раз подряд). Выполняется в индивидуальном темпе.

### **Упражнения на расслабление - растягивание мышц**

**Упражнение на растягивание плечевых мышц:** дети заносят одну руку в противоположную сторону параллельно плечам; другой рукой обхватывают первую в области локтя, надавливая на нее. Затем руки меняют (рис. 59, стр.41).

**Упражнение на растягивание мышц груди:** дети сцепляют руки за спиной в замок. В этом положении они тянут руки вниз, стараясь, чтобы лопатки соединились (рис. 60, стр.41).

**Упражнение на растягивание мышц передней поверхности бедра:** дети сгибают одну ногу в коленном суставе, садятся на нее, другую ногу вытягивают перед собой и медленно наклоняют туловище назад. Поменяв ноги, они повторяют упражнение (рис. 63, стр. 42). **Упражнение на растягивание плечевых мышц:** дети сцепляют руки в замок, подняв их на уровне плеч. В этом положении они тянут руки вперед как можно дальше (рис. 61, стр. 42).

**Упражнение на растягивание задней поверхности бедра:** дети в положении сидя на полу, согнув одну ногу в коленном суставе, заносят согнутую ногу за выпрямленную, а затем обеими руками прижимают к себе согнутую коленку. После этого дети меняют ноги и повторяют упражнение (рис. 62, стр. 42).

**Упражнение на растягивание мышц передней поверхности бедра:** дети сгибают одну ногу в коленном суставе, садятся на нее, а другую ногу вытягивают перед собой и медленно наклоняют туловище назад. Поменяв ноги, они повторяют упражнение (рис. 63, стр. 42). **Упражнение на растягивание мышц поясницы и ног:** дети садятся, сгибают ноги в коленных суставах и обеими руками надавливают на колени, медленно наклоняя туловище вперед (рис. 64, стр. 43).

**Упражнение на растягивание внешней поверхности бедер и боковых мышц живота:** дети садятся. Сгибают одну ногу перед собой, подтянув ее как можно ближе к телу. Другая нога вытягивается в сторону. В таком положении они наклоняют туловище в сторону вытянутой ноги. Затем они меняют ноги и повторяют упражнение, наклоняя туловище в сторону вытянутой ноги (рис. 65, стр. 43).

**Упражнение на растягивание ахиллова сухожилия:** Дети сгибают одну ногу и садятся на нее. Коленку другой ноги они подтягивают к груди и обхватывают ее руками. Затем они медленно наклоняют туловище вперед, не отрывая пяток от поверхности площадки. Поменяв ноги, занимающиеся повторяют упражнение (рис. 67, стр. 43).

### **Подвижные игры с мячом**

**«Передача мяча в колоннах над головой».** Дети встают в колонну (одну или две, в зависимости от количества игроков), мяч передается над головой от первого игрока к последнему, и в обратном порядке - от последнего к первому.

**«Быстро по местам».** Все играющие стоятся в одну или две колонны и вытягивают руки вперед, слегка касаясь ими плеч переди стоя в разные стороны. По второму сигналу «Быстро по местам» они должны построиться в исходное положение: в одну или две колонны, руки вперед, на плечах переди стоящих. Победителями становятся те, кто быстрее занял свое место в колонне.

Чтобы игра проходила веселее и не превращалась в стандартное упражнение, в ней нужно постоянно что-нибудь менять. Например, исходное положение. Оно может быть сидя или стоя на коленях, можно построить детей в круг или в 2 круга, положить только правую (левую) руку на плечо

впереди или рядом стоящего партнера и т.д.

**«К своим флагкам».** Все играющие, разделившись на несколько групп по 3-5 человек,

становятся в кружки, располагаясь по всей площадке. В центре каждого кружка становится один играющий с флагжком. По сигналу педагога все, кроме стоящих с флагжками, отбегают к краям площадки, поворачиваются к ней спиной и закрывают глаза. В это время игроки с флагжками тихо и быстро меняют свои места. По сигналу педагога «Все к своим флагкам!» дети открывают глаза, быстро поворачиваются, ищут свой флагжок и быстро бегут к нему, становясь там в кружки.

Победители: а) в индивидуальном зачете - игрок, прибежавший к своему флагжку первым; б) в командном зачете - группа, собравшаяся первой вокруг своего флагжка.

Флагжки должны быть разного цвета, можно строиться не в кружки, а в колонны или любые другие фигуры.

**«Пустое место».** Все играющие, за исключением одного водящего, становятся в круг на расстоянии шага один от другого. Водящий становится за кругом. По сигналу педагога он бежит вдоль круга, касается рукой одного из стоящих в круге и продолжает бег вокруг круга в ту или иную сторону. Тот, кого коснулся ^врдящий, немедленно бежит вокруг круга в противоположную сторону, стремясь быстрее водящего прибежать на пустое место и занять его. Кто раньше займет пустое место, тот там и остается, а опоздавший водит.

**«Эстафета с мячами».** Дети делятся на пары. У каждой пары мяч, его держит в руках один из детей. Все пары детей располагаются на одной линии, и по сигналу педагога бегут к другой линии, находящейся на противоположной стороне зала, передавая при этом мяч руками друг другу.

**«Ловкие бегуны».** На площадке обозначается круг. Дети находятся внутри круга. По первому сигналу педагога они начинают перемещаться, не выходя за пределы круга. В то же время дети стараются не столкнуться с кем-либо из играющих. Кто нарушит условия, выходит за круг. По второму сигналу дети приседают на корточки и замирают. Через 10-15 с игра возобновляется и т.д.

**«Слушай сигнал».** На площадке обозначается круг. Играющие размещаются внутри круга. Они свободно передвигаются, изображая различных животных. По звуковому сигналу педагога дети замирают на месте в той позе, в которой их застал сигнал. По второму сигналу занимающиеся вновь расходятся, изображая различных животных, и т.д. Отмечаются дети, сумевшие лучше других изобразить избранное животное.

**«Салки с мячом».** Дети произвольно располагаются в квадрате 12\*12 м или в круге диаметром 10-12 м. В центре круга находится водящий с мячом в руках. По звуковому сигналу начинается игра. Дети разбегаются по размеченной территории, а водящий старается догнать и запятнать мячом любого игрока. Тот, кого запятнали, становится водящим и т.д.

### **Технические приемы игры в футбол Удары по мячу ногами**

#### **Техника выполнения удара носком ноги.**

Удар носком ноги выполняется по недвижимому или катящемуся мячу с места или с разбега. Опорная нога ставится сбоку от мяча, а ударная нога в момент замаха согнута в колене. При выполнении удара нога почти выпрямляется. Удар наносится носком в середину мяча. Если мяч нужно послать поверху, то удар наносится ниже середины мяча. Удар по мячу носком придает ему направление полета влево или вправо.

#### **Техника выполнения удара внутренней стороной стопы.**

Опорная нога ставится рядом с мячом. Ее носок должен совпадать с направлением предполагаемого движения мяча. Стопа согнутой в коленном суставе бьющей ноги перед ударом сильно разворачивается наружу и выносится вперед. При соприкосновении стопы с серединой мяча туловище бьющего наклоняется над мячом. Произведя удар, бьющая нога продолжает движение за мячом. При выполнении удара с одного шага разбега опорная нога ставится на специальную разметку рядом с мячом

**Техника выполнения удара внутренней частью подъема,** т.е. частью стопы от фаланги большого пальца до голеностопного сустава. Техника выполнения этого технического приема такова. Опорная нога ставится несколько позади и сбоку от мяча. Плечо со стороны опорной ноги подается

чуть вперед, а плечо со стороны бьющей ноги - чуть назад. Тяжесть тела переносится на опорную ногу. Бьющая нога сгибается в коленном суставе. Затем стопа бьющей ноги несколько разворачивается наружу, голеностоп закрепляется, а носок оттягивается. Удар производится в нижнюю часть мяча. Так выполняется удар с места.

При ударе с разбега игрок движется по дуге к направлению полета мяча. Стопа ударяет по мячу чуть сбоку от середины. В зависимости от того, на какой высоте предполагается послать мяч, стопа наносит удар или ниже середины мяча (по середине мяча), или же выше середины. В момент удара бьющая нога полностью выпрямляется в коленном суставе, мышцы ее расслабляются. Завершая проводку, бьющая нога заносится чуть накрест перед телом, как и рука со стороны противоположной, бьющей ноги. Рука, одноименная бьющей ноге, отводится назад

**Техника выполнения удара серединой подъема.** Опорная нога ставится рядом с мячом на специальную отметку. Бьющая нога маховым движением выносится вперед, ее носок оттягивается вниз, голеностоп напрягается

### **Остановка мяча**

(Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях» - М.: Советский спорт, 2014 - с. 66).

**Техника остановки мяча ногой** - достигается уступающим движением той или иной части тела и расслаблением определенных мышечных групп.

**Техника остановки внутренней стороной стопы** - наиболее распространенный способ приема и остановки мяча. При этом слегка согнутая в коленном суставе опорная нога выставляется вперед. Ее носок показывает направление приближающегося мяча. Тяжесть тела переносится на опорную ногу, а останавливающая нога сгибается в коленном суставе. Ее стопа сильно разворачивается наружу, образуя со стопой опорной ноги прямой угол. Таким образом, она слегка подается навстречу приближающемуся мячу. В момент соприкосновения с мячом принимающая нога мягко отводится назад. В результате мяч остается лежать перед игроком (рис. 88, стр.66).

**Техника остановки катящегося мяча подошвой** выполняется, когда тот движется навстречу игроку. Бьющая нога, слегка согнутая в коленном суставе, выносится навстречу приближающемуся мячу. Приподнятый носок и опущенная пятка как бы образуют над мячом косую крышу. Направление носка опорной ноги совпадает с линией движения мяча. При соприкосновении мяча с подошвой нога за счет сгиба в коленном суставе отводится чуть назад и мягко прижимает мяч к поверхности площадки. Туловище при этом немного подается вперед (рис. 89, стр. 68).

**Техника остановки опускающегося перед игроком мяча подошвой.** Опорная нога ставится чуть позади предполагаемого приземления мяча. Принимающая нога, согнутая в коленном суставе, выносится немного вперед. В момент касания мяча поверхности он накрывается подошвой за счет некоторого выпрямления ноги, которая при этом расслабляется (рис. 90, стр.69).

**Техника остановки опускающегося и низколетящего на игрока мяча внутренней стороной стопы** во многом сходна с приемом катящегося мяча этим же способом. Опорная нога слегка сгибается в коленном суставе и выносится вперед-вверх с таким расчетом, чтобы летящий мяч соприкоснулся с внутренней стороной стопы. В этот момент бьющая нога мягко подается назад, гася за счет этого амортизирующего движения скорость полета мяча (рис. 92, стр. 71).

### **Ведение мяча**

(Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях» - М.: Советский спорт, 2014 - с. 73)

**Техника ведения мяча внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема.**

Ведение мяча выполняется серией легких ударов-толчков той или иной частью стопы (внутренней частью подъема или внутренней стороной стопы) в нижнюю часть мяча. Ведение мяча может осуществляться как правой, так и левой ногой. Голова должны быть приподнята, чтобы «видеть поле».

### **Техника ведения мяча подошвой.**

Осуществляется мягким, скользящим касанием мяча подошвой, что дает возможность легко изменить направление движения, а также надежно контролировать мяч.

### **Финты с мячом и без мяча.**

(Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях» - М.: Советский спорт, 2014 - с. 76)  
Финты, т.е. обманные движения, украшая игру, дают возможность создать благоприятную обстановку для взятия ворот соперников. Финты могут выполняться игроками как без мяча, так и с мячом. Большинство финтов выполняется ногами и туловищем. Как правило, каждый финт включает две неразрывно связанные между собой части: ложное и истинное движение. Первое в большинстве случаев осуществляется в замедленном темпе, вводя соперника в заблуждение. Второе же осуществляется быстро после того, как соперник будет введен в заблуждение.

### ***Условия реализации Программы***

#### ***Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год***

<b>Содержание</b>	<b>I год обучения</b>
Начало учебного года	08.09.2025
Окончание учебного года	31.05.2026
Новогодние праздничные дни	01.01.2026 - 11.01.2026
Сроки проведения начальной педагогической диагностики	08.09.2025-19.09.2025
Сроки проведения итоговой педагогической диагностики	18.05.2026 - 22.05.2026
Продолжительность учебного года (без учёта каникулярных дней)	37 недель
I полугодие	16 недель
II полугодие	21 недель
Летний оздоровительный период (каникулы)	01.06.2026 - 31.08.2026

#### ***Расписание занятий на 2025-2026 учебный год***

<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>
1 гр. 16.20 – 16.50		1 гр. 16.20 – 16.50		
2 гр. 17.00 – 17.40		2 гр. 17.00 – 17.40		

## ***Материально-техническое обеспечение Программы***

Места для занятий: спортивный зал.

Спортивный инвентарь:

- футбольные мячи (для каждого футболиста);
- стойки для обводки мячей - 15 штук;
- стойки для подвески мячей- 2 штуки;
- переносные миши - 2 штуки;
- переносные ворота;
- маты гимнастические;
- форма спортивная (майка, трусы, гетры и обувь);

## ***Информационно-методические условия***

Фото, видео о ведущих футболистах и футбольных клубах России и мира, в том числе детских в интернет источниках.

## ***Оценочные материалы***

Промежуточная аттестация освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы - дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» проводится 3 раза в год по итогам завершения каждого модуля, для детей 7-го года жизни 2 раза в год по итогам завершения каждого модуля.

Ребенку предлагаются двигательные задания, выполнение которых анализируется с помощью определенных критериев. Результат заносится в протокол, который хранится в методическом кабинете в течение одного года.

Обозначение	Критерии
О	Выполняет двигательное задание самостоятельно, технически правильно, без показа образца выполнения, в случае необходимости обращается к взрослому.
Ч	Выполняет двигательное задание самостоятельно, допуская незначительные технические ошибки; иногда требуется показ образца выполнения технического приема.
Н	Не может самостоятельно верно выполнить двигательное задание, необходима поддержка и показ образца выполнения технического приема взрослым.

Обработка результатов промежуточной диагностики:

**О** - Программа освоена в полном объеме.

**Ч** - Программа частично освоена.

**Н** - Освоение программы находится на стадии формирования.

## ***Итоговый контроль***

- Турнир по футболу в детском саду среди воспитанников

- Участие воспитанников в городских соревнованиях по футболу

Оценка индивидуального развития детей производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Данное мероприятие даёт возможность объективной оценки развития двигательных качеств. Система тестов представляет собой мероприятия по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния здоровья и физического развития детей на достаточно продолжительном отрезке времени. Как непрерывный процесс наблюдения за детьми. Мониторинг позволяет фиксировать различные показатели физической подготовленности в определённые моменты, своевременно оценивать характер их изменений, осуществлять прогноз и предупреждать нежелательные тенденции в физическом развитии.

Способы проверки освоения программы - диагностическая карта определения уровня сформированности умений и навыков у детей.

### ПРОТОКОЛ № 1

промежуточной аттестации по завершению Модуля 1 дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» (для детей 4-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владеет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу	остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « » года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу: (ФИО)

### ПРОТОКОЛ № 2

промежуточной аттестации по завершению Модуля 2 дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» (для детей 4-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владеет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу	остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « » года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу: (ФИО)

### ПРОТОКОЛ № 3

промежуточной аттестации по завершению Модуля 3 дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» (для детей 4-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владеет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу	остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « » года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу: (ФИО)

### ПРОТОКОЛ № 1

промежуточной аттестации по завершению Модуля 1 дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» (для детей 5-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владеет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу	остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « » года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу: (ФИО)

### ПРОТОКОЛ № 2

промежуточной аттестации по завершению Модуля 2 дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» (для детей 5-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владеет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу	остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « » года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу: (ФИО)

**ПРОТОКОЛ № 3**

промежуточной аттестации по завершению Модуля 3 дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» (для детей 5-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владеет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу	остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « » года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу: (ФИО)

**ПРОТОКОЛ № 1**

промежуточной аттестации по завершению Модуля 1 дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» (для детей 6-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владеет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу	остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « » года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу: (ФИО)

**ПРОТОКОЛ № 2**

промежуточной аттестации по завершению Модуля 2 дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» (для детей 6-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владеет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу	остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « » года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу: (ФИО)

**ПРОТОКОЛ № 3**

промежуточной аттестации по завершению Модуля 3 дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» (для детей 6-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владеет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу	остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « » года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу: (ФИО)

**ПРОТОКОЛ № 1**

промежуточной аттестации по завершению Модуля 1 дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» (для детей 7-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владеет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу	остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « » года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу: (ФИО)

**ПРОТОКОЛ № 2**

промежуточной аттестации по завершению Модуля 2 дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» (для детей 7-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владеет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу	остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « » года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу: (ФИО)

### ПРОТОКОЛ № 3

промежуточной аттестации по завершению Модуля 3 дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Юный футболист» (для детей 7-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владеет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу	остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « » года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу: (ФИО)

### Список литературы

1. Алиев, Э. Г. Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях : учебное пособие / Э. Г. Алиев, О. С. Андреев, С. Н. Андреев. — Москва : Советский спорт, 2014.
2. Адашкявицене, Э. Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду / Э. Й. Адашкявицене. — Москва : Просвещение, 1982.
3. Андреев, С. Н. Мини-футбол в школе / С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. — Москва : Советский спорт, 2006.
4. Вавилова, Е. Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость / Е. Н. Вавилова. — Москва : Просвещение, 1981.
5. Вильчковский, Э. С. Педагогические основы процесса формирования двигательной подготовленности детей 3—7 лет : диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Э. С. Вильчковский. — Киев, 1989.
6. Волошина, Л. Н. Игры с элементами спорта для детей 3—4 лет. Программа «Играйте на здоровье» и технология ее применения в ДОУ / Л. Н. Волошина, Т. В. Курилова. — Москва : ГНОМ и Д, 2004.
7. Голомазов, С. Футбол. Тренировка точности юных спортсменов / С. Голомазов, Б. Чирва. — Москва : Изд-во Российской Академии физической культуры, 1994.
8. Завьялова, Т. П. Как определить физическую подготовленность детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Т. П. Завьялова, Е. А. Короткова, И. В. Стародубцева. — Тюмень : ТОГИРРО, 2002.
9. Завьялова, Т. П. Теория и методика физического воспитания дошкольников: учебное пособие для академического бакалавриата / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. — 2-е изд. — Москва, 2019.
10. Занозина, А. Е. Перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6—7 лет / А. Е. Занозина, С. Э. Гришанина. — Москва : ЛИНКА-ПРЕСС, 2008.
11. Игровые и рифмованные формы физических упражнений: сценки, игры-
12. подражания, комплексы упражнений, стихотворения с движениями / авторы- составители С. А. Авилова, Т. В. Калинина. — Волгоград : Учитель, 2008.
13. Каленская, А. ДОУ играет в футбол / А. Каленская // Обруч. — 2004. — № 2. — С. 24—25.
14. Кук, М. 101 упражнение для юных футболистов. Возраст 7—11 лет / М. Кук. — Москва : АСТ, 2006.
15. Лях, В. И. Тесты в физическом воспитании школьников : пособие для учителя / В. И. Лях. — Москва : АСТ, 1998.

16. Лях, В. И. Координационные способности: диагностика и развитие / В. И. Лях. — Москва : ТВТ Дивизион, 2006.
17. Лях, В. И. Развитие координационных способностей у дошкольников / В. И. Лях. — Москва : Спорт, 2019.
18. Муравьев, В. А. Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста : методическое пособие / В. А. Муравьев, Н. Н. Назарова. — Москва : Айрис-пресс, 2004.
19. Мутко, В. Л. Мини-футбол — игра для всех / В. Л. Мутко, С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. — Москва : Советский спорт, 2008.
20. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С Комаровой, М. А. Васильевой. — Москва : МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021.
21. Пензулаева, Л. И. Физкультурные занятия с детьми 5—6 лет: пособие / Л. И. Пензулаева. — Москва : Просвещение, 1988.
22. Талага, Е. Энциклопедия физических упражнений / Е. Талага; перевод с польского М. Байбака и др. — Москва : Физкультура и спорт, 1998.
23. Теоретико-методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста: учебник / под редакцией С. О. Филипповой. — Москва : Академия, 2014.
24. Теория и методика физической культуры : учебник / Ю. Ф. Курамшин, В. И. Григорьев, Н. Е. Латышева [и др.] ; под редакцией Ю. Ф. Курамшина. — Москва : Советский спорт, 2004.
25. Теория и методика футбола : учебник / под общей редакцией В. П. Губы, А. В. Лексакова. — Москва : Советский спорт, 2013.
26. Урок физкультуры в современной школе : методические рекомендации. Выпуск 2. Футбол. — Москва: Советский спорт, 2003.
27. Физкультура. Первая и вторая младшие группы. Разработки занятий. Часть 2. — 2-е изд., перераб. / составитель М. А. Фисенко. — Волгоград : Корифей, 2008.