

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №13
городского округа Чапаевск Самарской области структурное подразделение «Детский сад №29 «Кораблик»

«УТВЕРЖДАЮ»
Руководитель СП
«Детский сад №29 «Кораблик»»
_____/Полехович В.Н./

Дополнительная образовательная программа

«Футбол»
спортивной секции
для детей 5 – 7 лет
на 2017 – 2018 учебный год
тренера
Степанова Алексея Анатольевича

г. о. Чапаевск,
2017г.

Задача обучения игре в футбол детей старшего дошкольного возраста в том, чтобы, учитывая индивидуальные возрастные особенности ребенка, целенаправленно развивать и совершенствовать качества и способности в ходе выполнения заданий, требующих посильных физических и психических усилий.

Отличительная особенность обучения игре в футбол в дошкольном учреждении – это ее эмоциональная направленность. Ведь положительный эмоциональный тонус является важнейшей предпосылкой здоровья, предупреждает развитие различных заболеваний, а также поддерживает интерес к физической культуре. В основу методики обучения игре в футбол, равно как и другим спортивным играм, положена игровая форма проведения занятий. В содержании занятий эффективно сочетаются игровые упражнения и эстафеты, подвижные игры и спортивные упражнения.

Занятия также проводятся два раза в неделю по методическому пособию Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду». В теплое время года занятия проводятся на спортивной площадке территории детского сада, а в холодное – в спортивном зале.

Тренер обучает дошкольников элементарным правилам игры:

- перед началом игры проводить жеребьевку для выбора сторон или начального удара.

Мяч ставится на землю в центре поля;

- игроки команды стремятся забить как можно больше голов в ворота соперника, а после потери мяча защищать свои, соблюдая при этом правила игры;

- футбол – игра двух команд, и в каждой команде – до 5-7 игроков, один из которых капитан;

- соблюдение правил игры и продолжительность матча контролирует судья;

- мяч считается забитым в ворота, если он полностью прошел линию ворот, а также во время игры были соблюдены все правила;

- в футболе все действия с мячом игроки выполняют ногами;

- правом брать мяч в руки обладает вратарь и игрок, выполняющий вбрасывание;

- футбол – игра коллективная, и игроки относятся друг к другу с уважением, несмотря на дух соперничества и желание победить.

Перспективное планирование спортивной секции «Футбол»

№ занятия	Задачи	Оборудование
1	- учить технике выполнения удара по неподвижному мячу в стену с расстояния 2,5-3,5 м с места и с разбега; - учить касаться носком центра мяча, лежащего неподвижно; - совершенствовать технику перебрасывания мяча руками друг другу через сетку, натянутую выше роста детей на 20 см; - совершенствовать технику бега с прыжком в высоту в упражнении «Дотронься до колокольчика»	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; веревка с колокольчиками; сетка для игры в волейбол.
2	- учить технике выполнения удара по мячу носком ноги в ворота (шириной 2-2,5 м) с расстояния 3-4 м с места; - учить технике выполнения передачи мяча друг другу в паре (тройке) с места, а затем с разбега; - закреплять технику выполнения удара по неподвижному мячу в стену с расстояния 2,5-3,5 м с места; - закреплять технику касания носком центра мяча, лежащего неподвижно; - совершенствовать навыки, необходимые во вратарской технике: перебрасывание мяча руками друг другу, стоя в паре (тройке) на расстоянии 2-3 м; - совершенствовать технику подбрасывания и ловли мяча двумя руками, стоя на месте и с продвижением вперед.	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей.
3	- закреплять технику выполнения ударов по мячу носком ноги в ворота (шириной 2-2,5 м) с расстояния 3-4 м с места; - закреплять технику выполнения передачи мяча друг другу в паре с места; - учить выполнять 5-6 ударов подряд с места носком ноги на точность в уменьшенные ворота (1,5-1,7 м) без вратаря;	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; ворота; сетка для игры в волейбол; ориентиры для эстафеты (стойки).

	- совершенствовать навыки, необходимые во вратарской технике: перебрасывание мяча руками друг другу, в тройке, на расстоянии 2-3 м; - совершенствовать технику перебрасывания мяча руками друг другу через сетку, натянутую выше роста детей на 20 см; - развивать быстроту реакции и ловкость при передаче мяча в игровом упражнении «Горячая картошка».	
4	- закреплять умение выполнять 5-6 ударов подряд с места носком ноги на точность в уменьшенные ворота (1,5-1,7 м) без вратаря; - учить технике выполнения удара по мячу пяткой; - совершенствовать технику бросания мяча двумя руками из-за головы; - совершенствовать технику удара носком ноги в ворота (шириной 2-2,5 м) с расстояния 3-4 м с места и с разбега.	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; ворота.
5	- закреплять технику удара по мячу пяткой; - учить технике выполнения передачи мяча в паре, ударяя пяткой (расстояние между партнерами – 2-2,5 м); - учить технике выполнения передачи мяча пяткой, стоя по обе стороны дуги (ворот); - совершенствовать технику выполнения передачи мяча носком ноги друг другу; - совершенствовать технику выполнения броска из-за плеча.	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; дуги (ворота) – по одному для пары; канат (длина – до 10 м) – 2 шт.
6	- закреплять технику выполнения передачи мяча в паре, ударяя пяткой (расстояние между партнерами – 2-2,5 м); - закреплять технику выполнения передачи мяча пяткой, стоя по обе стороны дуги (ворот); - учить имитационному удару по мячу серединой подъема; - учить технике выполнения удара с места (с разбега) по неподвижному мячу в стену с расстояния 3-4 м с постепенным увеличением силы удара; - совершенствовать технику выполнения удара в ворота носком ноги.	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; ориентиры для ворот шириной 2-2,5 м; дуги – одна для пары детей.

7	- закреплять технику выполнения имитационного удара по мячу серединой подъема; - закреплять технику выполнения удара с места (с разбега) по неподвижному мячу в стену с расстояния 3-4 метра с постепенным увеличением силы удара; - учить технике выполнения удара серединой подъема с места, а затем с разбега по неподвижно лежащему мячу в цель; - совершенствовать технику удара носком ноги в ворота; - совершенствовать технику передачи мяча друг другу пяткой.	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; кегли – 5-6 шт.; шнур со стойками; ориентиры для ворот шириной 2-2,5 м.
8	- закреплять технику выполнения удара по цели серединой подъема с места, с разбега; - закреплять технику выполнения удара серединой подъема с места в стену по неподвижному мячу; - учить, отбивая мяч от пола, посылать его через натянутый шнур (высота шнура – 20 см); - учить технике выполнения удара по цели, нарисованной на стене, после передачи мяча взрослым; - совершенствовать технику перебрасывания мяча способом «двумя руками из-за головы» через сетку.	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; ориентиры для ворот шириной 2-2,5 м; мешочки – по количеству детей; веревки длиной 10 м; стойки; кегли.
9	- закреплять технику выполнения удара серединой подъема, отбив мяч от пола и послав его через натянутый шнур (высота шнура – 20 см); - закреплять технику выполнения удара серединой подъема по цели (кегли) после передачи мяча взрослым; - учить имитационным ударам по мячу внешней стороной стопы; - учить выполнять удары внешней стороной стопы в стену или в цель с места и с разбега; - совершенствовать технику выполнения удара с разбега по мячу серединой подъема.	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; стойки; эластичный шнур, для натяжения которого используется груз, длиной 8-10 м; булавы (кегли) – 5-6 шт.; скакалка.

10	- закреплять и совершенствовать технику выполнения удара серединой подъема, отбивая мяч от пола и посылая его через натянутый шнур (высота шнура – 20 см); - закреплять технику выполнения удара серединой подъема по цели (кегли) после передачи мяча взрослым; - закреплять технику выполнения удара внешней стороной стопы в стену или цель с места и с разбега.	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; кегли (булавы) – 5-6 шт.; дуги - 2; шнуры длиной 2-2,5 м со стойками – 3-4 шт.
11	- закреплять и совершенствовать в игровых упражнениях и подвижных играх технические навыки удара по мячу внешней стороной стопы, удара серединой подъема.	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; кубики – 5-6 шт.; скакалка, ворота – 3 шт.
12	- закреплять технику выполнения удара по мячу пяткой; - закреплять технику выполнения удара по мячу носком ноги; - учить технике выполнения удара по мячу в стену с места и (или) с разбега внутренней стороной стопы с расстояния 2,5-3 м; - учить технике выполнения удара по мячу в стену с места внутренней стороной стопы через шнур высотой 20 см; - совершенствовать технику выполнения удара по мячу серединой подъема с разбега с постепенным увеличением силы удара.	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; шнур длиной 10 м со стойками; веревки длиной до 10 м – 2 шт.
13	- закреплять технику выполнения удара по мячу в стену с разбега внутренней стороной стопы; - закреплять технику выполнения удара по мячу в стену с места внутренней стороной стопы через шнур высотой 20 см; - учить после передачи мяча партнером выполнять удары по мячу внутренней стороной стопы и попадать в цель (или предмет) с расстояния 2,5-3 м; - учить технике выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы от водящего игрокам, стоящим по кругу; - совершенствовать технику выполнения удара по мячу пяткой, стоя в паре.	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; шнур длиной 10 м со стойками.

14	- закреплять технику выполнения удара по мячу внутренней стороной стопы с попаданием в цель (или предмет) с расстояния 2,5-3 м после передачи мяча партнером; - закреплять технику выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы от водящего игрокам, стоящим по кругу; - учить технике выполнения удара мячом по стоящему в центре круга (диаметр круга – 4-5) предмету; - совершенствовать технику выполнения удара по мячу носком с разбега, свободно передвигаясь по залу; - совершенствовать технику выполнения удара по мячу с разбега внутренней стороной стопы («щечкой»)	Мячи (диаметр – 20 см) – по количеству детей; мишени – по одной для подгруппы; гимнастическая скамейка.
15	— закреплять технику выполнения удара мячом по стоящему в центре круга (диаметр круга — 4—5 м) предмету; — учить технике выполнения остановки (приема) мяча подошвой ноги; — совершенствовать технику выполнения удара по мячу с места внутренней стороной стопы сквозь ворота (лугу), стоя в паре; — совершенствовать технику выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы от водящего игрокам, стоящим по кругу	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; ворота (дуги) — 1 шт. для каждой пары.
16	— закреплять технику выполнения остановки (приема) мяча подошвой ноги; — учить технике ведения мяча прямо попеременно то правой, то левой ногой; — учить технике ведения мяча по коридору длиной 10 м, постепенно уменьшая его ширину с 2 м до 1 м; — совершенствовать двигательные умения и навыки, выполняя общеразвивающие упражнения парами.	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; 4 веревки по 10 м.
17	— закреплять технику ведения мяча прямо попеременно то правой, то левой ногой; — закреплять технику ведения мяча по коридору длиной 10 м, постепенно	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; 6 веревок по 10 м; набивные мячи для

	уменьшая его ширину с 2 м до 1 м; — учить технике ведения мяча попеременно то правой, то левой ногой между предметами (набивными мячами); — учить технике произвольного ведения мяча; — совершенствовать технику остановки (приема) мяча подошвой ноги; — совершенствовать навыки владения мячом, полученные на предыдущих занятиях.	эстафеты.
18	— закреплять технику ведения мяча попеременно то правой, то левой ногой между предметами (кегли); — закреплять технику произвольного ведения мяча; — учить технике ведения мяча в ходьбе попеременно то правой, то левой ногой по начерченной прямой линии (более 10 м); — учить выполнять финты; — совершенствовать технику ведения мяча прямо попеременно то правой, то левой ногой.	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; 6 веревок по 10 м; кегли для эстафеты.
19	— закреплять технику выполнения финтов; — закреплять технику ведения мяча в ходьбе попеременно то правой, то левой ногой по начерченной прямой линии (более 10 м); — учить технике отбора мяча у соперника; — учить элементам вратарской техники: ловля высоколетающего мяча в стороне от ворот и ловля мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него); — совершенствовать технику ведения мяча в ходьбе попеременно то правой, то левой ногой произвольно по залу.	Мячи (диаметр — 20 см), набивные мячи — по количеству детей; скакалка; ворота.
20	— закреплять элементы вратарской техники: ловлю высоколетающего мяча в стороне от ворот и ловлю мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него); — учить вратарской технике: ловле низколетающего мяча, приему катящегося	Мячи (диаметр — 20 см), набивные мячи — по количеству детей; сетка волейбольная; скамейки гимнастические — 2;

	мяча, броскам мяча вратарем; — совершенствовать технику ведения мяча в игре известными детям способами, финтов, отбора мяча у соперника.	ворота.
21	— закреплять элементы вратарской техники: ловлю высоколетящего мяча в стороне от ворот и ловлю мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него); — закреплять элементы вратарской техники: ловлю низколетящего мяча, прием катящегося мяча, броски мяча вратарем; — учить игре в футбол по упрощенным правилам; — совершенствовать в игре технику: ведения мяча известными детям способами, финтов, отбора мяча у соперника; — развивать быстроту, ловкость, выносливость, скоростно-силовые качества.	Мячи (диаметр — 20 см), набивные мячи по количеству детей; скамейки гимнастические — 2 шт., сетка волейбольная; ворота.
22	— закреплять в игре элементы вратарской техники: ловлю высоко- летящего мяча в стороне от ворот и ловлю мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него); — закреплять в игре элементы вратарской техники: ловлю низколетящего мяча, прием катящегося мяча, удары по мячу вратарем — пробежав несколько шагов, подбросить мяч невысоко вверх-вперед и нанести по нему удар подъемом ноги; — продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам; — совершенствовать в игре технику: ведения мяча известными детям способами, финтов, отбора мяча у соперника.	Мячи (диаметр — 20 см), набивные мячи — по количеству детей; мешочки, кубики по 10 шт.; ворота.
23	— совершенствовать элементы вратарской техники: ловлю высоко- летящего мяча в стороне от ворот и ловлю мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него); а также ловлю низколетящего мяча; — совершенствовать технику выполнения удара по мячу вратарем — пробежав несколько шагов, подбросить мяч немного вверх-вперед и нанести удар подъемом ноги;	Мячи (диаметр — 20 см), скакалки — по количеству детей; мешочки — 20 шт.; гантели — по 2 для каждого ребенка; скамейки гимнастические 2—3 шт.; ворота

	— продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам по 2 игрока в команде; — совершенствовать технику работы с мячом.	
24	— продолжать закреплять технику ведения мяча меж. предметами поочередно правой и левой ногой (расстояние до 20 м); — совершенствовать технику точного удара с места (с разбега) мячом по предмету с расстояния 3—3,5 м; — продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам по 2 игрока в команде; — совершенствовать технику работы с мячом.	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; кегли — 12 шт.; набивные мячи — до 10 шт.; гантели по 2 для каждого ребенка; скамьи гимнастические — 2—3 шт.; ворота.
25	— продолжать закреплять технику выполнения передачи мяча от игрока к игроку в ходьбе; — совершенствовать технику выполнения точного удара (с места) мячом по предмету с расстояния 3—3,5 м; — продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам по 3 игрока в команде; — совершенствовать технику владения мячом — удар по мячу «щечкой» (внутренней стороной стопы).	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; 2—3 скамьи гимнастические; гантели — по 2 для каждого ребенка; кегли — до 12 шт.; веревка (длина — 10 м); стойки; ворота.
26	- совершенствовать технику выполнения передачи мяча от игрока к игроку в ходьбе; - продолжать закреплять технику выполнения точного удара с разбега мячом по предмету с расстояния 3-3,5 м; - продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам; - совершенствовать технику владения мячом.	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; мат гимнастический — 2 шт.; веревка: одна длинная или несколько коротких; кегли — до 12 шт.; гантели — по 2 для каждого ребенка; скамьи гимнастические — 2-3 шт.; ворота

27	-продолжать закреплять технику выполнения передачи мяча в беге от игрока к игроку, расстояние между игроками до 2,5 м; -совершенствовать технику выполнения точного удара с разбега мячом по предмету с расстояния 3-3,5 м; -продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам; -совершенствовать технику владения мячом.	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; кегли — до 12 шт.; гантели — по 2 для каждого ребенка; скамьи гимнастические — 2-3 шт.; стойки — 2-3 шт.; ворота; веревки длиной 10 м — 2-3 шт.
28	- совершенствовать технику выполнения передачи мяча в беге от игрока к игроку, расстояние между игроками до 3 м; -совершенствовать технику выполнения остановки мяча во время передачи его друг другу; -совершенствовать навык выполнения удара по мячу с места определенной силы; -совершенствовать навык выполнения удара с разбега по предмету	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; кегли до 12 шт.
29	-продолжать учить технике выполнения отбора мяча, выполняя действия в паре; -совершенствовать элементы вратарской техники (ловля и броски мяча руками); -продолжать учить технике владения мячом в эстафетах.	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей.
30	-совершенствовать технику выполнения отбора мяча, выполняя действия в паре; -продолжать закреплять умение попадать мячом в движущуюся цель; -развивать физические качества: ловкость, быстроту, меткость, силу, выносливость.	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; обручи большого диаметра — 2-3 шт., мишени — 2 шт.
31	-совершенствовать умение попадать мячом в движущуюся цель; -продолжать учить технике выполнения передачи мяча друг другу (втроем)	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; обручи большого диаметра — 2-3 шт., скакалка

32	-совершенствовать технику выполнения передачи мяча друг другу (втроем); -продолжать совершенствовать технику отбивания мяча в движении; -продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам.	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; набивные мячи — по количеству детей; ворота
33	-продолжать совершенствовать технику ведения мяча ногой «змейкой» между предметами; -продолжать совершенствовать технику отбивания мяча в движении; -продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам.	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; мячи малого диаметра по 2 для каждого ребенка; набивные мячи — на 2-3 меньше количества детей; стойки — 2шт., ворота.
34	-совершенствовать технику отбивания мяча в движении; -продолжать развивать скоростно-силовые качества в эстафетных и игровых заданиях; -продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам.	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; мячи малого диаметра по 2 для каждого ребенка; набивные мячи для эстафеты; стойки — 2шт., ворота.
35	-совершенствовать технические футбольные навыки посредством игр, игровых упражнений; -продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам.	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; мячи малого диаметра по 2 для каждого ребенка.
36	-совершенствовать технические футбольные навыки посредством игр, игровых упражнений; -продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам; -развивать физические качества.	Мячи (диаметр — 20 см) — по количеству детей; мячи малого диаметра по 2 для каждого ребенка; шнур длиной 6-8 м; стойки — 2 шт.; набивные мячи для эстафеты — 4-5 шт.; дуги — 2; ворота.