



Департамент образования города Москвы
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Москвы «Школа в Капотне»
(ГБОУ Школа в Капотне)

109649, г. Москва, ул. 5-й квартал Капотни, д. 29

т/факс 8-495-355-00-00, e-mail: kapotnya@edu.mos.ru
ОГРН 1037700077403

<http://kapotnya.mskobr.ru>

ИНН/КПП

7723138571/772301001

Принято
Педагогическим советом

Протокол № 7 от 26.09 2019г

«Утверждаю»
Директор ГБОУ Школы в Капотне
Тихонов В.А.
« 02 » 09 2019г



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

«ФУТБОЛ»

Уровень программы: ознакомительный
Возраст детей: 3-7 лет
Срок реализации программы: 9 месяцев

Авторы-составители:
Волков Александр Александрович
Маштаков Алексей Александрович
Педагоги дополнительного образования

Москва
2019 г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Возраст детей для занятий 3-7 лет.

Срок реализации программы - 9 месяцев

Направленность спортивно-оздоровительная.

Программа для дошкольников старшей и подготовительной группы реализуется на основе футбола, при организации и проведении занятий, строго соблюдаются установленные санитарно-гигиенические требования и правила безопасности.

Программа составлена в соответствии с ФГОС ДО, реализуется в рамках основного образования с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей дошкольного возраста (3-7 лет) с использованием работ следующих авторов: Круглыхина В. А. – методиста Центра организационно-методического обеспечения физического воспитания Департамента образования города Москвы, Ломакиной Е.В. – руководителя структурного подразделения учебно-методического отдела Центра организационно-методического обеспечения физического воспитания Департамента образования города Москвы.

Актуальность. Дошкольный возраст - от рождения ребенка до поступления в школу - наиболее ответственный период в развитии организма и один из важнейших в становлении личности человека. В эти годы закладываются основы здоровья, а также гармоничного нравственного, умственного и физического развития. Организм ребенка в данный период быстро растет и развивается, в тоже время сопротивляемость неблагоприятным влияниям среды еще низка, ребенок легко заболевает.

На протяжении пятого, шестого и седьмого года жизни ребенка динамика процессов в его организме очень высока: существенно прибывает мышечная сила, значительно улучшается координация движений, сформулированные ранее умения превращаются в навыки. Старший дошкольник способен различать направление, амплитуду, скорость и ритм движения, изменять характер движения, проявлять выразительность, например, имитируя действия животных и птиц. Он способен совершать действия, требующие приспособления к изменяющимся

условиям(убегать от водящего в игре и т.п.), а также сочетать несколько действий (броски и ловля мяча с хлопками, бег со скакалками, бег по кочкам и т.д.). Иначе говоря, на данном этапе создаются возможности для систематического обучения основам техники физических упражнений.

Программа обеспечивает достижение воспитанниками готовности к школе, а именно необходимый и достаточный уровень развития ребенка для успешного освоения им в дальнейшем основной общеобразовательной Программы начального общего образования по предмету «Физическая культура».

Целью Программы является достижение оптимальной двигательной активности с учетом интеграции образовательных областей, направленных на охрану и укрепление физического и психологического здоровья дошкольников.

Реализация этой цели способствует решению **следующих задач**:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма дошкольников;
- формирование у детей интереса к занятиям физической культурой с элементами футбола;
- гармоничное физическое развитие через организацию занятий с использованием приемов (элементов) техники владения мячом в футболе;
- применение интеграции образовательных областей, направленных на оптимальную двигательную активность дошкольников.

Методы:

- словесной передачи знаний и руководства действиями занимающимися: объяснение, рассказ, беседа;
- обучения техники и тактики: демонстрация (показ), разучивание технико-тактических действий, анализ тактических действий, разработка вариантов технико-тактических действий, творческие задания в процессе тренировки и соревнований;
- выполнения упражнений для развития физических качеств: непрерывный, повторный, круговой, игровой, соревновательный.
- Наглядные методы обучения (демонстрация и показ);

Направленность: комплексная и тематическая.

Программа состоит из разделов:

В разделе «Теоретическая подготовка» представлен материал, дающий начальные основы знаний о собственном организме, гигиенических требованиях, истории физической культуры и спорта, истории развития футбола в стране.

Раздел «Охрана труда и техника безопасности» знакомит занимающихся с основными правилами техники безопасности на занятиях, спортивно - массовых мероприятиях, формирует навыки страховки и самостраховки.

Раздел «Общая физическая подготовка» содержит материал, реализация которого формирует у детей общую культуру движений, укрепляет здоровье, содействует развитию умений, развивает основные физические качества.

В разделе «Специальная физическая подготовка» представлен материал с учетом характера игровой деятельности, способствующий приобретению умений и эффективному их использованию в этой деятельности, развивающий кондиционные способности, а также всевозможные сочетания этих групп способностей у занимающихся не только при работе с мячом, но и без мяча.

Разделы «Техническая подготовка», «Тактическая подготовка» включают в свое содержание различные средства физической культуры направленные на формирование и развитие жизненно-важных двигательных навыков и умений. Специальные упражнения (индивидуальные, групповые и игровые упражнения с мячом) позволяют избирательно решать задачи обучения в отдельных элементах техники, их вариативности, различных связок и фрагментов игровой деятельности.

Раздел «Соревновательная подготовка» содержит то необходимое количество времени, в процессе которого, приобретается вся совокупность технических приемов в условиях комплексного проявления основных физических качеств и тактических действий. Участие в соревнованиях не должно быть определяющей формой работы.

Раздел «Контрольные нормативы» содержит подбор упражнений, выполнение которых позволяет инструктору ФИЗО определить степень усвоения учебного материала и уровень физического развития и подготовленности занимающихся.

Отличительные особенности программы (новизна). Ключевой формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности является игра.

Футбол – всеми любимая и доступная для любого возраста игра, для организации и проведения которой, необходим минимальный набор спортивного инвентаря и оборудования. В тоже время футбол – мощное средство продвижения и популяризации физической культуры и спорта. Научные исследования игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности.

Виды интеграция образовательной области «Физическая культура» по ФГОС ДО:

1. «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

2 «Социально-коммуникативное развитие» направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта,

эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками.

3 «Познавательное развитие» предполагает развитие интересов детей любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектовокружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях и др.).

4 «Речевое развитие» включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи.

5. «Художественно-эстетическое развитие» предполагает развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства.

Планируемые результаты освоения детьми программного материала:

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности:

- имеет представление о значении занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья, о личной гигиене и закаливании;
- имеет навыки безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем и оборудованием;
- самостоятельно ухаживает за одеждой, устраняет беспорядок в своем внешнем виде;
- может планировать свою трудовую деятельность; отбирать материалы, необходимые для занятий, игр. Обладает навыками активного мышления, (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и пр.),

ориентируется в пространстве, имеет представление о значении занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья, о личной гигиене и закаливании;

- может объяснить действия и название упражнений, пользы закаливания и занятий физической культурой;

- выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);

- может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега — не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;

- может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель;

- умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения. Следит за правильной осанкой;

- ознакомлен с основными элементами техники футбола:

1. техника передвижения: различные виды бега («змейкой»; беге изменением темпа по команде (ускорение, замедление); спиной вперед; со сменой направляющего; в колонне по одному с перестроением в пары по сигналу; с препятствиями; в чередовании с другими движениями; обегая предметы и т.п.); различные виды прыжков, подскоки.

2. Техника владения мячом и основные способы выполнения упражнений:

1) Удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой (внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъема) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4 м;

2) Остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу;

3) Ведение мяча (средней и внешней частью подъема) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнеров;

4) Обманные движения с места – движение влево, с уходом вправо и наоборот;

5) Отбор мяча (отбивание ногой в выпаде);

6) Вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ступней ног на дальность, и в коридор шириной 2 м.

7) Ознакомление с тактикой игры в футбол по упрощенным правилам в ограниченных составах 1х1, 2х2, 3х3.

Форма подведения итогов: «Мониторинг» направлен на определение степени усвоения учебного материала, уровня физического развития и физической подготовленности детей с использованием методов, применение которых позволяет получить необходимый объем информации в оптимальные сроки.

План совместной деятельности

Образовательные области	Дети 3-5 лет		Дети 5-7 лет	
	Кол-во занятий		Кол-во занятий	
	в неделю	в год	в неделю	в год
«Физическое развитие»				
«Социально-коммуникативное развитие»	2	72	2	72
«Познавательное развитие»				
«Речевое развитие»				
«Художественно-эстетическое развитие»				
ИТОГО занятий в неделю	2	72	2	72

Перспективный план работы

Месяц	Интегрирующие образовательные области по ФГОС, задачи	Теоретическая подготовка	Практическая подготовка
Сентябрь	<p>«Физическая культура» - Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми; привычку сообща играть, трудиться, заниматься; стремление радовать старших хорошими поступками.</p> <p>«Познавательное развитие» Развивать умение наблюдать, анализировать, сравнивать, выделять характерные, существенные признаки предметов и явлений окружающего мира.</p> <p>Изучение английского языка: Тема «Фрукты»</p> <p>Валеология: «Я - человек» Развивать представление о том, что человек - часть природы, и одновременно существо мыслящее</p> <p>«Речевое развитие» Продолжать развивать речь как средство общения.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»,развивать эстетические чувства, эмоции, эстетический вкус, эстетическое восприятие</p>	<p>Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке.</p> <p>Инструктаж по технике безопасности во время занятий футболом.</p>	<p>ОФП: Разновидности ходьбы (на носках, пятках, внутреннем и внешнем своде стопы, и т.д.)</p> <p>Бег в различных направлениях, гладкий, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, с предметом в руках.</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>СФП: специальные упражнения для развития стартовой скорости: Бег боком и спиной вперед. Ускорения по сигналу, преимущественно зрительному, на 5-10, 10-15 м.</p> <p>Техническая подготовка: <i>Техника передвижения по площадке:</i> <i>Бег:</i> по прямой, изменяя скорость и направление, приставным шагом. <i>Прыжки:</i> вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. <i>Перемещение в защитной стойке футболиста.</i></p> <p>Тактическая подготовка:<i>Подвижные игры:</i> «Ударь не глядя», «Мяч в кругу»,«Пробеги с мячом», «Задержи мяч».</p>

<p>Октябрь</p>	<p>«Физическая культура» Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» Воспитывать уважительное отношение к окружающим.</p> <p>«Познавательное развитие» Формировать умение подбирать пары или группы предметов, совпадающих по заданному признаку.</p> <p>Изучение английского языка: Тема «Овощи»</p> <p>«Речевое развитие» Поощрять попытки ребенка делиться с педагогом и другими детьми разнообразными впечатлениями, уточнять источник полученной информации.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие» Продолжать знакомить с жанрами изобразительного и музыкального искусства.</p>	<p>Инструктаж по технике безопасности во время соревнований.</p> <p>Страховка и самостраховка.</p> <p>Разбор и изучение правил игры в футбол по упрощенным правилам. Значение правильного режима для юного спортсмена.</p>	<p>ОФП: ходьба с выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо и пр.) Бег в различных направлениях, гладкий, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу инструктора ФИЗО. Поднимание и опускание рук в стороны, и вперед, сведение и разведение рук вперед, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса.</p> <p>СФП: Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки.</p> <p>Техническая подготовка: <i>Техника передвижения:</i> <i>Бег:</i> по прямой, изменяя скорость и направление, приставным шагом. <i>Прыжки:</i> вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. <i>Перемещение в защитной стойке.</i> <i>Передача мяча:</i> правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. <i>Остановка мяча:</i> катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы.</p> <p>Тактическая подготовка: <i>Подвижные и спортивные игры и эстафеты:</i> «Мяч ловцу», «Два мороза», и т.д.</p>
<p>Ноябрь</p>	<p>«Физическая культура» Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на</p>	<p>Обтирание, обливание и ножные ванны как гигиенические и закаливающие</p>	<p>ОФП: Наклоны туловища вперед и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук, круговые движения туловища с различными положениями рук (на поясе, за головой, вверх).</p> <p><i>Упражнения в упорах:</i> из упора лежа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук.</p>

	<p>сенсорных ощущениях.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» Учить заботиться о младших, помогать им, защищать тех, кто слабее. Формировать такие качества, как сочувствие, отзывчивость.</p> <p>«Познавательное развитие» Развивать умение определять материалы, из которых изготовлены предметы. Учить сравнивать предметы. Изучение английского языка: Тема «Цвета» Валеология: «Глазки, уши и носы быть здоровыми должны» Закреплять знания детей об органах чувств и профилактики их заболеваний</p> <p>«Речевое развитие» В повседневной жизни, в играх подсказывать детям формы выражения вежливости (попросить прощения, извиниться, поблагодарить, сделать комплимент).</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие» Формирование интереса к эстетической стороне окружающей действительности, эстетического отношения к предметам и явлениям окружающего мира.</p>	<p>процедуры.</p> <p>Площадка для игры в футбол, ее устройство, разметка.</p> <p>Основы по предупреждению травм и несчастных случаев. Защитные средства во время занятий футболом.</p>	<p>Бег с ускорениями до 60 м. Прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги».</p> <p><i>Упражнения с набивным мячом:</i> Броски друг другу одной рукой от правого и левого плеча</p> <p>СФП: Ускорения по сигналу, преимущественно зрительному, на 5-10, 10-15 м из различных исходных положений.</p> <p>Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки.</p> <p>Техническая подготовка: <i>Техника владения мячом</i> <i>Удары по мячу ногой:</i> правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. <i>Остановка мяча:</i> катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы. <i>Ведение мяча:</i> серединой подъема, носком, правой, левой ногой и поочередно; внутренней частью стопы по прямой, меняя направления, между стоек («змейкой»)</p> <p>Тактическая подготовка: Подвижные игры: «Коршун и цыплята», «Салки».</p> <p>Сдача контрольных нормативов.</p>
Декабрь	<p>«Физическая культура» Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»</p>	<p>Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях</p>	<p>ОФП: Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию. Челночный бег 3x10 м, 4x10 м, встречные эстафеты, беговые и прыжковые упражнения.</p>

	<p>Воспитывать скромность, умение проявлять заботу об окружающих, с благодарностью относиться к помощи и знакам внимания.</p> <p>«Познавательное развитие» Учить сравнивать предметы (по назначению, цвету, форме, материалу).</p> <p>Изучение английского языка: Тема «Новогодние праздники»</p> <p>Валеология: «Зачем человеку руки?» Дать представление о назначении рук</p> <p>«Речевое развитие» Учить детей решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать, объяснять.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие. Развитие интереса к самостоятельной творческой деятельности.</p>	<p>закаливания организма. Правила оказания первой доврачебной помощи при легких травмах и повреждениях.</p>	<p>Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см.</p> <p><i>Легкоатлетические упражнения:</i> бег с ускорениями до 60 м.</p> <p>Прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги». Прыжки с места в длину, с высоты 40см.; бросать мяч снизу, из-за головы.</p> <p>Техническая подготовка</p> <p><i>Техника передвижения</i></p> <p><i>Бег:</i> по прямой, изменяя скорость и направление.</p> <p><i>Прыжки:</i> вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега.</p> <p><i>Техника владения мячом</i></p> <p><i>Удары по мячу ногой:</i> правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу.</p> <p><i>Остановка мяча:</i> катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы.</p> <p><i>Ведение мяча:</i> серединой подъема, носком, внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек («змейкой») и движущихся партнеров;</p> <p><i>Обманные движения (финты):</i> с места – движение влево, с уходом вправо и наоборот,</p> <p><i>Отбор мяча:</i> отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.</p> <p>Тактическая подготовка: Игра в футбол по упрощенным правилам.</p>
--	--	---	---

<p>Январь</p>	<p>Физическая культура» Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» Формировать умение оценивать свои поступки и поступки сверстников. Развивать стремление детей выражать свое отношение к окружающему, самостоятельно находить для этого различные речевые средства</p> <p>«Познавательное развитие» Продолжать знакомить с различными геометрическими фигурами, учить использовать в качестве эталонов плоскостные и объемные формы.</p> <p>Изучение английского языка: Тема «Семья»</p> <p>Валеология: «Главная одежда человека» Дать элементарные знания детям о коже человека</p> <p>«Речевое развитие» Закреплять правильное, отчетливое произнесение звуков.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие. Удовлетворение потребности детей в самовыражении.</p>	<p>Роль капитана команды, его права и обязанности.</p> <p>Эмблема футбольных клубов России.</p> <p>Профилактика травматизма на занятиях футболом.</p>	<p>ОФП: Бег в различных направлениях, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу инструктора ФИЗО.</p> <p>СФП: <i>Специальные упражнения для развития быстроты:</i> для развития стартовой скорости. Бег боком и спиной вперед. Ускорения по сигналу, 10-15 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, , широкого выпада, лежа. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки.</p> <p>Техническая подготовка <i>Техника передвижения</i> <i>Бег:</i> по прямой, изменяя скорость и направление, приставным, скрестным шагом (вправо и влево). <i>Прыжки:</i> вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. <i>Техника владения мячом</i> <i>Удары по мячу ногой:</i> правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. <i>Остановка мяча:</i> катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы. <i>Ведение мяча:</i> серединой подъема, носком, внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек («змейкой») и движущихся партнеров; <i>Обманные движения (финты):</i> с места – движение влево, с уходом вправо и наоборот, ведение мяча внутренней</p>
---------------	---	---	--

			<p>стороной стопы – удар правой ногой и наоборот. Тоже только внутренней частью подъема. Финт корпусом вправо - уход влево.</p> <p><i>Отбор мяча:</i> отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.</p> <p><i>Вбрасывание мяча.</i></p> <p>Тактика: Подвижные игры: «Невод», К своим флажкам».</p>
Февраль	<p>«Физическая культура» Формировать потребность в здоровом образе жизни.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» Расширять представления о правилах поведения в общественных местах; об обязанностях в группе детского сада, дома.</p> <p>«Познавательное развитие» Расширять представления о фактуре предметов (гладкий, пушистый, шероховатый и т. п.).</p> <p>Изучение английского языка: Тема «Транспорт»</p> <p>Валеология: «Страна здоровых зубов»</p> <p>Формировать умение детей заботиться о полости рта.</p> <p>Совершенствовать глазомер.</p> <p>«Речевое развитие» Совершенствовать диалогическую форму речи.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие» Формирование элементарных представлений о видах и жанрах искусства, средствах выразительности в различных видах искусства.</p>	<p>Обтирание, обливание и ножные ванны как гигиенические и закаливающие процедуры.</p> <p>Площадка для игры в футбол, ее устройство, разметка.</p>	<p>ОФП: Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Пружинистые приседания на одной ноге в положении выпада. Приседание на одной ноге (правой, левой). Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см. Запрыгивание на гимнастический мат высота не более 30-40см.</p> <p>СФП: Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки.</p> <p><i>Специальные упражнения для развития ловкости:</i> держание мяча в воздухе (жонглирование).</p> <p><i>Индивидуальные действия с мячом:</i> целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча.</p> <p><i>Групповые действия:</i> взаимодействие двух и более игроков.</p> <p>Тактическая подготовка: Подвижные игры: «Живая цель», «Салки с мячом».</p>

<p>Март</p>	<p>«Физическая культура» Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» Обогащать словарь детей вежливыми словами (здравствуйте, до свидания, пожалуйста, извините, спасибо и т. д.).</p> <p>«Познавательное развитие» Организовывать дидактические игры, объединяя детей в подгруппы по 2–4 человека; учить выполнять правила игры.</p> <p>Изучение английского языка: Тема «Части тела человека» Валеология: «Зачем человеку ноги?» Дать представление о назначении ног</p> <p>«Речевое развитие» Развивать монологическую форму речи.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие.» Обращать внимание детей на характер игрушек (веселая, забавная и др.), их форму, цветовое оформление.</p>	<p>Закаливание.</p> <p>Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта.</p> <p>Инструктаж по технике безопасности во время соревнований.</p> <p>Страховка и самостраховка.</p>	<p>ОФП: Лазание, перелазание в различных исходных положениях – стоя на коленках, на животе, спине, по гимнастической скамейке, гимнастической стенке.</p> <p>СФП: <i>Легкоатлетические упражнения:</i> бег с ускорениями до 60 м. Прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги». Прыжки с места в длину, с высоты 40 см.; бросать мяч снизу, из-за головы. Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность.</p> <p><i>Техника владения мячом</i> <i>Удары по мячу ногой:</i> правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. <i>Остановка мяча:</i> катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы. <i>Ведение мяча:</i> серединой подъема, носком, внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек («змейкой») и движущихся партнеров; <i>Обманные движения (финты):</i> с места – движение влево, с уходом вправо и наоборот, ведение мяча внутренней стороной стопы – удар правой ногой и наоборот. Тоже только внутренней частью подъема. <i>Отбор мяча:</i> отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде. <i>Групповые действия:</i> взаимодействие двух и более игроков. Простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча. <i>Упражнения для развития умения видеть поле:</i> ведение мяча</p>
-------------	--	---	---

			<p>в произвольном направлении на ограниченной площади с одновременным наблюдением за партнерами, чтобы не столкнуться друг с другом.</p> <p>Соревновательная подготовка: соревнования по физической, технической и игровой подготовке по упрощенным правилам.</p>
Апрель	<p>«Физическая культура» Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» Закреплять умение быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу</p> <p>«Познавательное развитие» Развивать в играх память, внимание, воображение, мышление, речь, сенсорные способности детей.</p> <p>Изучение английского языка: Тема «Спорт»</p> <p>Валеология: «Кто управляет организмом человека?» Расширять знания о правилах сохранения здоровья (мозговая деятельность)</p> <p>«Речевое развитие» Развивать умение составлять рассказы о событиях из личного опыта, придумывать свои концовки к рассказам.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие» Воспитание желания и умения взаимодействовать со сверстниками</p>	<p>Профилактика травматизма на занятиях футболом. Повторение правил игры в футбол по упрощенным правилам.</p>	<p>ОФП: бег с ускорениями до 60 м. Прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги». Прыжки с места в длину, с высоты 40см.; бросать мяч снизу, из-за головы. Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность.</p> <p>СФП: <i>Специальные упражнения для развития быстроты:</i> для развития стартовой скорости. Бег боком и спиной вперед. Ускорения по сигналу, преимущественно зрительному, на 5-10, 10-15 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа, лежа. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки.</p> <p><i>Специальные упражнения для развития ловкости:</i> держание мяча в воздухе (жонглирование).</p> <p>Техника владения мячом</p> <p><i>Удары по мячу ногой:</i> правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу.</p> <p><i>Остановка мяча:</i> катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы.</p> <p><i>Ведение мяча:</i> серединой подъема, носком, внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек («змейкой») и движущихся партнеров;</p>

			<p><i>Обманные движения (финты):</i> с места – движение влево, с уходом вправо и наоборот, ведение мяча внутренней стороной стопы – удар правой ногой и наоборот. Тоже только внутренней частью подъема. Финт корпусом вправо – уход влево.</p> <p><i>Отбор мяча:</i> отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, – выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.</p> <p>Тактическая подготовка:</p> <p><i>Подвижные и спортивные игры и эстафеты:</i> «Мяч ловцу», «Два мороза», «Коршун и цыплята», «Салки», «Невод», «К своим флажкам».</p> <p><i>Индивидуальные действия с мячом:</i> целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча.</p> <p><i>Групповые действия:</i> взаимодействие двух и более игроков. Простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча.</p> <p><i>Упражнения для развития умения видеть поле:</i> ведение мяча в произвольном направлении на ограниченной площади с одновременным наблюдением за партнерами, чтобы не столкнуться друг с другом.</p> <p>Подвижные игры, футбол по упрощенным правилам. Сдача контрольных нормативов.</p>
Май	«Физическая культура»Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.		<p>ОФП: Поднимание и опускание рук в стороны, и вперед, сведение и разведение рук вперед, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны</p>

<p>«Социально-коммуникативное развитие» Формировать бережное отношение к тому, что сделано руками человека. Прививать детям чувство благодарности к людям за их труд.</p> <p>«Познавательное развитие» Побуждать детей к самостоятельности в игре, вызывая у них эмоционально-положительный отклик на игровое действие.</p> <p>Изучение английского языка: Тема «Окружающая природа»</p> <p>Валеология: «Здоровое питание – здоровая жизнь» Познакомить со строением и функцией пищеварительной систем</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>Формировать умение составлять небольшие рассказы творческого характера на тему, предложенную воспитателем.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие. Воспитание интереса к музыкально-художественной деятельности, совершенствование умений в этом виде деятельности.</p>		<p>туловища вперед и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук, круговые движения туловища с различными положениями рук (на поясе, за головой, вверх).</p> <p>СФП: <i>Упражнения в упорах:</i> из упора лежа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук.</p> <p><i>Легкоатлетические упражнения:</i> бег с ускорениями до 60 м. Прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги». Прыжки с места в длину, с высоты 40см.; бросать мяч снизу, из-за головы. Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность. Толкание набивного мяча (1кг).</p> <p>Техника: <i>Техника владения мячом</i></p> <p><i>Удары по мячу ногой:</i> правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу.</p> <p><i>Остановка мяча:</i> катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы.</p> <p><i>Ведение мяча:</i> серединой подъема, носком, внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек («змейкой») и движущихся партнеров;</p> <p><i>Обманные движения (финты):</i> с места – движение влево, с уходом вправо и наоборот, ведение мяча внутренней стороной стопы – удар правой ногой и наоборот. Тоже только внутренней частью подъема. Финт корпусом вправо - уход влево.</p> <p><i>Отбор мяча:</i> отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.</p> <p>Тактическая подготовка:</p> <p><i>Подвижные и спортивные игры и эстафеты:</i> «Мяч ловцу»,</p>
--	--	---

			<p>«Два мороза», «Коршун и цыплята», «Салки», «Невод», К своим флажкам».</p> <p><i>Индивидуальные действия с мячом:</i> целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча.</p> <p><i>Групповые действия:</i> взаимодействие двух и более игроков. Простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча.</p> <p><i>Упражнения для развития умения видеть поле:</i> ведение мяча в произвольном направлении на ограниченной площади с одновременным наблюдением за партнерами, чтобы не столкнуться друг с другом.</p> <p>Соревновательная подготовка: игра в футбол по упрощенным правилам.</p>
--	--	--	---

Используемая литература:

1. Ежи Талага. Энциклопедия физических упражнений. М. « Физкультура и спорт», 1998.
2. Программа интегративного курса физического воспитания для начальной школы на основе футбола. Авторы – составители: Грибачева М.А., Круглыхин В.А. Москвы. 2011.
3. Подвижные игры. Былеева Л.А., Яковлев В.,Москва « Физкультура и спорт». 1965.
4. Футбол. Учебник для институтов физической культуры. Под общ.ред. М.С. Полишкиса, В.А.Выжгина. М. Физкультура, образование и наука. 1999.
5. 500 игр и эстафет.Под редакциейВ.В. Кузина., С.А.Полиевского.М. «Физкультура и спорт». 2000г.