

**Администрация города Нижнего Новгорода
Департамент образования
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 385»**

Утверждена:
Приказом заведующего муниципального
автономного дошкольного
образовательного учреждения «Детский
сад № 385»
_____ Е.Н.Никитина
от «30»августа 2023г. № 26/1-ОД

**Адаптированная дополнительная образовательная программа
физкультурно-спортивной направленности
«Секция мини-футбола»
для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) 6-7 лет
срок реализации программы - 1 год**

Авторы-составители:

Аксеева Н.Л. – инструктор по физической
культуре высшей квалификационной
категории
Каманина Ю.П.-зам. зав. по ВМР

город Нижний Новгород

2023-2024 уч. год

Содержание:

1.	Пояснительная записка.....	3
2.	Учебно-тематический план.....	5
3.	Содержание изучаемых тем.....	6
4.	Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.....	8
5.	Способы оценки освоения программы.....	13
6.	Список литературы.....	15
	Приложение.....	16

1. Пояснительная записка

Данная программа является адаптированной дополнительной образовательной программой по обучению детей с тяжелыми нарушениями речи игре в мини-футбол, осуществляемой в соответствии с Уставом учреждения в подготовительной группе детского сада в форме секционной работы. Регламентируется учебно-тематическим планом и расписанием секционной работы.

Программа разработана в соответствии с федеральными документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- Национальной доктриной образования в РФ на период до 2025г;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 года N 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 г. "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"
- Санитарными правилами СП 2. 4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;
- СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2;
- Санитарно - эпидемиологическими правилами СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно – эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16;
- Постановлением Правительства Российской Федерации от 15.09.2020 № 1441 "Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг"
- Письмом Министерства общего и профессионального образования РФ от 2 июня 1998 г. № 89/34-16 «О реализации права дошкольных учреждений на выбор программ и педагогических технологий»
- Письмом Минобрнауки России Департамент молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей» от 11.12.2008 г. № 06-1844«О примерных требованиях к программе дополнительного образования детей»

Актуальность разработки программы по обучению детей подготовительной группы игре в мини-футбол была выявлена в результате исследования социального заказа семей на дополнительное физическое развитие детей, а также интереса самих детей старшего дошкольного возраста к спортивным играм, к футболу в том числе. К тому же организация секционной работы позволяет посредством подвижных игр с элементами спорта активизировать и увеличить двигательную деятельность детей, необходимую сейчас современным детям.

Футбол - это спортивная игра с мячом, позволяющая всесторонне воздействовать на мышечную систему детей, укреплять костный аппарат, развивать дыхательную и сердечно-сосудистую системы, совершенствовать ориентацию в пространстве, развивать выносливость, ловкость, быстроту.

В играх с мячом дошкольники совершенствуют навыки большинства основных движений: ходьба, бег, прыжки. Все эти движения дети выполняют в постоянно изменяющейся обстановке.

Это способствует формированию у детей умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры. Благодаря спортивным упражнениям дети овладевают техникой выполнения движений, отдельными тактическими комбинациями спортивной игры, требующей взаимодействия участников, выдержки, решительности, смелости.

Посредством игр и игровых упражнений дети учатся управлять своими эмоциями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях. Футбол это еще и коллективная игра, где нередко возникают конфликты, споры между детьми, разрешать которые дети учатся в игровой обстановке.

Упражнения с мячом развивают навыки поведения ребенка в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения. Особенностью секционной работы по обучению детей игре в футбол считаем ее эмоционально-положительную направленность, которая, на наш взгляд, является важнейшей предпосылкой здоровья, предупреждает развитие различных заболеваний, поддерживает интерес к физической культуре и здоровому образу жизни.

Кроме того, в занятия по мини-футболу с детьми с ТНР включаются упражнения на развитие мелкой моторики (пальчиковая гимнастика, самомассаж ладоней), а также речевые упражнения, в которых гласные звуки произносятся на длительном выдохе.

Адаптированная дополнительная образовательная программа составлена на основе программы Волошиной Л.Н. «Играйте на здоровье», методического пособия Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», а также пособий под ред. Л.В. Филипповой «Здоровьеразвивающие физические упражнения» и «Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе» и направлена на обучение старших дошкольников игре в футбол посредством разнообразных подвижных игр, игровых упражнений, заданий, эстафет, ОРУ с предметами. Наряду с перечнем двигательных действий, в программе определен объем информации для детей о футболе и спортивных упражнениях. В отличие от уже существующих образовательных программ по обучению игре в футбол в секционной работе применяются информационно-коммуникативные технологии, посредством которых демонстрируется и анализируется техника выполнения движений: удары по мячу, остановка, прием и отбор мяча, ведение мяча, вратарская техника, вбрасывание мяча.

Цель работы: Формирование навыков игры в мини-футбол у детей 6-7 лет с ТНР (ОНР).

Задачи работы:

1. Формировать представления о правилах игры в мини-футбол, о достижениях страны в этой области спорта, интерес к событиям футбольной жизни.
2. Развивать умение выполнять технические приемы игры, а также индивидуальные и групповые тактические действия на малых площадках и в ограниченных составах.
3. Развивать мышечную, дыхательную и сердечнососудистую системы детей, совершенствовать ориентацию в пространстве.
4. Способствовать развитию физических качеств (быстроты, ловкости, гибкости, координации движений, силы, выносливости).
5. Воспитывать дружеские взаимоотношения, чувство ответственности и навыки взаимодействия между детьми в коллективной игре.
6. Закреплять правильное произношение названий физических упражнений, приемов техники игры в футболе и спортивного оборудования.
7. Развивать общую моторику с помощью ОРУ с предметами: гантели, мячи разного диаметра, набивные мячи;
8. Развивать мелкую моторику рук, умение координировать речь с движениями посредством использования самомассажа ладоней, пальчиковой гимнастики.

Срок реализации программы – 1 год. Продолжительность обучения - 72 часа.

Основной формой работы с детьми является игровое занятие.

Работает секция 2 раза в неделю для детей 6-7 лет. Длительность одного занятия 30 минут.

Руководит секцией инструктор по физической культуре - Аксеева Н.Л. (педагогический стаж работы – 25 лет, высшее педагогическое образование, высшая квалификационная категория).

Прошла курсы повышения квалификации в «Центре повышения квалификации и переподготовке «Луч знаний» по программе: «Методика осуществления тренировочного процесса по футболу с детьми дошкольного возраста в системе дополнительного образования», а также курсы повышения квалификации в «Нижегородском институте развития образования» по программе: «Создание коррекционно-развивающего пространства для ребенка с особыми образовательными потребностями».

Планируемые результаты освоения программы:

К концу учебного года при успешном освоении программы у ребенка могут быть сформированы следующие представления, умения и навыки:

- Знает и выполняет правила игры в мини-футбол;
- Знает названия физических упражнений, спортивного оборудования, приемов техники игры в футбол;
- Имеет представление о достижениях страны в области футбола;
- Интересуется событиями футбольной жизни страны;
- Умеет выполнять удар по неподвижному и катящемуся мячу;
- Умеет принять катящийся мяч подошвой, внутренней, внешней стороной стопы (в парах). Умеет останавливать отскочивший от стены мяч подошвой, внешней и внутренней стороной стопы (индивидуально);
- Умеет вести мяч по прямой последовательными толчками внешней стороной стопы 1-й ногой в медленном темпе, в быстром темпе. Умеет передавать мяч друг другу в медленном темпе;
- Умеет вести мяч толчками попеременно обеими ногами в медленном и в быстром темпе. Ведет мяч быстро, передает мяч друг другу;
- Умеет вести мяч «змейкой» между предметов, с забрасыванием мяча в ворота, отбирать мяч. Умеет делать бросок мяча руками, а отбивать бедром, подъемом стопы;
- Умеет попадать мячом в предметы, забивать в ворота. Владеет техникой игры вратаря, отбивает мяч;
- Умеет выполнять тактические приемы игры в футбол. Умеет согласовывать свои действия и движения с движениями товарищей;
- Умеет играть в футбол по упрощенным правилам. Играет на соревнованиях.
- Умеет выполнять самомассаж ладоней, пальчиковую гимнастику.

Способы оценки освоения программы:

Качество освоения программы определяется с помощью мониторинга: начального, текущего и итогового. Начальный и итоговый мониторинг проводится с помощью диагностики физической подготовленности к игре в футбол (Волошина Л.Н.), которая состоит из комплекса тестирующих заданий:

- «Бег на 30 м»,
- «Ведение мяча между кеглями - 10м,
- «Удары по воротам- 5 ударов» .

Текущий мониторинг освоения программы преимущественно представляет собой наблюдение за активностью ребенка на секционных занятиях.

Формами проведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются мастер-класс, эстафеты с мячами, футбольный матч. Длительность футбольного матча составляет 25 минут с учетом 5-минутного перерыва для отдыха и расслабления.

Для всех детей с нарушением речи ограничиваются упражнения в быстром темпе. Всем детям противопоказана чрезмерная физическая нагрузка и эмоциональное перенапряжение

2. Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Количество часов			месяцы									
		всего	из них		с	о	н	д	я	ф	м	а	май	
			теор	пр										
1.	«Спортивная игра мини-футбол»	4	4		0,5	0,5	0,5	0,5	0,25	0,5	0,5	0,5	0,25	
2	«Гимнастика в физической подготовке футболистов»	8		8	1	1	1	1	0,5	1	1	1	0,5	
3	«Передвижение игроков по площадке»	4		4	0,5	0,5	0,5	0,5	0,25	0,5	0,5	0,5	0,25	
4	«Удары по мячу»	10		10	1,5	1,5	1	1	1	0,5	0,5	1	2	
5	«Остановка мяча ногой»:	5		5	1	1	1	1	0,5	0,5				
6	«Ведение мяча ногой»	5		5	1	1	1	1		0,5	0,5			
7	«Финты»	3		3					1,5	1	0,5			
8	«Отбор мяча»	5		5					1	1	1	1	1	
9	«Вратарская техника»	6		6				1	1	0,5	1	1	1,5	
10	«Вбрасывание мяча»	6		6	0,5	0,5	2	1		0,5	0,5	0,5	0,5	
11	«Тактические приемы игры в футбол»	6		6				1	1	1	1	1	1	
12	«Игра в футбол по упрощенным правилам»	10		10	1	1	1	1	1	1	1	1,5	1,5	
	Всего:	72	4	68	8	8	8	8	8	8	8	8	8	

3. Содержание программы

№	Наименование тем	Содержание тем	Кол-во часов
1	«Спортивная игра-мини-футбол»	Формирование общих представлений об игре футбол, о различных приемах техники игры.	4
2	«Гимнастика в физической подготовке футболистов»	- упражнения с мячом - упражнения в парах - упражнения с набивным мячом - упражнения с гантелями на скамейке - упражнения с малым мячом - самомассаж ладоней, - пальчиковая гимнастика	8
3	«Передвижение игроков по площадке»	• Обучение способам передвижения по площадке: - различными видами бега («змейкой», бег с 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 - различными прыжками, подскоками	4

4	«Удары по мячу»	<ul style="list-style-type: none"> • Обучение разным видам ударов по мячу: - носком ноги по неподвижному мячу в стену с расстояния 2-3м с места; - носком ноги в ворота шириной 2-2.5м с расстояния 3-4м; - с разбега по неподвижному мячу в стену, в ворота; - передача мяча носком ноги в парах, тройках с места; - удары пяткой по мячу в ворота с расстояния 2-3м - передача мяча в паре, ударяя пяткой (расстояние между партнерами 2-3м) - удары с места по неподвижному мячу с разбега; - удары по цели, нарисованной на стене, после передачи мяча партнером (взрослым); - удары внешней стороной стопы (имитация, затем с ударом) - удары внутренней стороной стопы («щечкой») 	10
5	«Остановка мяча ногой»:	<ul style="list-style-type: none"> • Обучение приему остановки мяча ногой: - остановка катящегося мяча подошвой ноги: передача мяча в парах (тройках) любым способом и остановка подошвой ноги; - передача мяча от водящего, находящегося в центре круга, игрокам, образующим этот круг 	5
6	«Ведение мяча ногой»	<ul style="list-style-type: none"> • Обучение способам ведения мяча ногой: - по прямой (10м) попеременно то правой, то левой ногой; - по начерченной прямой линии (10м) попеременно то правой, то левой ногой; - по извилистой линии; - между предметами, обводя их - по коридору (ширина 2м, длиной 10м), постепенно уменьшая его ширину; - произвольное ведение мяча любым способом 	5
7	«Финты»	<ul style="list-style-type: none"> • Обучение способу ухода с мячом в сторону от соперника: - в паре с тренером, - с другим игроком; 	3
8	«Отбор мяча»	<ul style="list-style-type: none"> • Обучение способу отбора мяча: - игровое упражнение «Отними мяч» с партнером - игровое упражнение «Горячий мяч» (по принципу «Горячей картошки» - только ногами) 	5
9	«Вратарская техника»:	<ul style="list-style-type: none"> • Обучение способам вратарской техники: - ловля высоколетящего мяча в прыжке (перебрасывание мяча руками друг другу) - ловля мяча, стоя в паре, (тройке) на расстоянии 2-3м; - ловля мяча, брошенного через сетку (веревку), натянутую выше роста детей на 20см; - ловля мяча во время бега попарно (расстояние 2-3м) - подбрасывание и ловля мяча двумя руками, стоя на месте и с продвижением вперед; - бег с прыжком в высоту (игровое упражнение «Дотронься до колокольчика»); - ловля и отбивание высоколетящего мяча в стороне от ворот (игроки поочередно бросают вратарю мяч руками из разных точек с расстояния 2-4м, а затем выполняют подачу ногами любым известным способом); - прием мяча, летящего на уровне груди; - ловля низколетящего мяча; 	6

		- прием катящегося мяча; - бросок мяча двумя руками: (из за головы, из-за плеча правой (левой) рукой, выбивание мяча в поле)	
10	«Вбрасывание мяча»:	• Обучение способу вбрасывания мяча: - бросок мяча двумя руками из-за головы с места (с разбега) на дальность; - перебрасывание мяча способом двумя руками из-за головы через сетку, стоя в паре	6
11	«Тактические приемы игры в футбол»	• Обучение тактическим приемам игры в футбол: - согласовывать свои действия и движения с движениями товарищей.	6
12	«Игра в футбол по упрощенным правилам»	• Выступление на товарищеском матче.	10
	Всего		72

4. Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы:

4.1. Средства обеспечения освоения программы:

- спортивный зал, мячи футбольные, футбольные ворота для мини-футбола, стойки для обводки, конусы, длинная веревка, шнуры, фишки, обручи, колокольчик, мячи резиновые легкие, набивные мячи, мячи малого диаметра, скамейки, гантели, мешочки, скакалки, дуги, канат, кегли, кубики, мишени, маты, обручи, кубы.
- подготовительные упражнения, упражнения на имитацию, упражнения на координацию, ловкость, специальные упражнения, эстафеты и подвижные игры;
- перспективный план, конспекты секционных занятий, методическая литература.

4.2. Обеспечение программы перспективным планом секционной работы:

СЕНТЯБРЬ

Занятие 1,2

Учить технике выполнения удара по неподвижному мячу в стену с расстояния 2-3 метра с места и с разбега;

Учить касаться носком центра мяча, лежащего неподвижно;

Совершенствовать технику перебрасывания мяча руками друг другу через сетку, натянутую выше роста ребенка на 20 см;

Совершенствовать технику бега с прыжком в высоту в упражнении «Дотронься до колокольчика».

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 12-14;

И.К. Шилкова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев «Здоровьеразвивающие физические упражнения», стр. 153, упр. №1 (Пальчиковая гимнастика);

Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев «Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе» стр.32 (Самомассаж ладоней).

Занятие 3,4

Учить технике выполнения удара по мячу носком ноги в ворота (шириной 2-2.5м) с расстояния 3-4 м с места;

Учит технике выполнения передачи мяча друг другу в паре (тройке) с места, а затем с разбега;

Закрепить технику выполнения удара по неподвижному мячу в стену с расстояния 2.5-3.5 метра с места;

Закрепить технику касания носком центра мяча, лежащего неподвижно;
Совершенствовать навыки, необходимые во вратарской технике: перебрасывание мяча руками друг другу, стоя в паре (тройке) на расстояние 2-3м;
Совершенствовать технику подбрасывания и ловли мяча двумя руками, стоя на месте и с продвижением вперед.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр.15-16;

И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев *Здоровьеразвивающие физические упражнения*, стр. 153 упр. №2 (Пальчиковая гимнастика);

Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев *Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе* стр.32 (Самомассаж ладоней).

Занятие 5,6

Закреплять технику выполнения ударов по мячу носком ноги в ворота (шириной 2-2.5м) 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 (1.5-1.7м) без вратаря;

Совершенствовать навыки, необходимые во вратарской технике:

перебрасывание мяча руками друг другу, стоя в паре (тройке) на расстояние 2-3м;

Совершенствовать технику перебрасывания мяча руками друг другу через сетку, натянутую выше роста ребенка на 20 см;

Развивать быстроту реакции и ловкость при передаче мяча в игровом упражнении «Горячая картошка».

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 17-18);

И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев *«Здоровьеразвивающие физические упражнения»*, стр. 153 упр. №3 (Пальчиковая гимнастика);

Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев *Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе* стр.32 (Самомассаж ладоней)

Занятие 7,8

Закреплять умение выполнять 5-6 ударов подряд с места носком ноги на точность в уменьшенные ворота (1.5-1.7м) 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 -2.5м) с расстояния 3-4 м с места и с разбега.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр.19-20)

Пальчиковая гимнастика И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев

Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №4

Самомассаж ладоней Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев *Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе* стр.32

ОКТАБРЬ

Занятие 9,10

Закреплять технику выполнения удара по мячу пяткой;

Учить технике выполнения передачи мяча в паре, ударя пяткой (расстояние между партнерами 2-2.5м)

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 мяча из-за плеча.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 21-22;

Пальчиковая гимнастика И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев «Здоровьеразвивающие физические упражнения», стр. 153 упр. №5;
Самомассаж ладоней Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев «Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе» стр.32 .

Занятие 11,12

Закреплять технике выполнения передачи мяча в паре, ударяя пяткой (расстояние между партнерами 2-2.5м);

Закреплять технике 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 304 м с постепенным увеличением силы удара;

Совершенствовать технику выполнения удара в ворота носком ноги.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 23-25)

И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №6 (**Пальчиковая гимнастика**)

Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32 (**Самомассаж ладоней**)

Занятие 13,14

(Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр.26-27)

Закреплять имитационному удару по мячу серединой подъема;

Закреплять технике выполнения удара с места (с разбега) по неподвижному мячу в стену с расстояния 304 м 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 выполнения удара в ворота носком ноги.

Совершенствовать технику передачи мяча друг другу пяткой.

И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №7 Пальчиковая гимнастика

Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32 **Самомассаж ладоней**

Занятие 15,16

Закреплять технике выполнения удара серединой подъема с места, а затем с разбега по неподвижно лежащему мячу в цель;

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 -20см);

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.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 28-29

И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №8 Пальчиковая гимнастика

Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32 **Самомассаж ладоней**

Занятие 17,18

Закреплять технику выполнения удара серединой подъема, отбив мяч от пола и послав его через натянутый шнур (высота шнура – 20см);

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 цель с места и с разбега;

Совершенствовать технику выполнения удара с разбега по мячу серединой подъема.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр.30-31

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №9

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,
Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 19,20

Закреплять и совершенствовать технику выполнения удара серединой подъема, отбив мяч от пола и послав его через натянутый шнур (высота шнура – 20см); Закреплять технику выполнения удара серединой подъема по цели (кегли) после передачи мяча взрослым; Закреплять выполнять удары внешней стороной стопы в стену или цель с места и с разбега;

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр.32-33

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №10

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,
Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 21,22

Закреплять и совершенствовать в игровых упражнениях и подвижных играх технические навыки удара по мячу внешней стороной стопы, ударяя серединой подъема.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 34-35

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №11

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,
Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 23,24

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 2.5-3м;

Учить технике выполнения удара по мячу в стену с места внутренней стороной стопы через шнур высотой 20см;

Совершенствовать технику выполнения удара по мячу серединой подъема с разбега с постепенным увеличением силы удара.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 36-37

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №12

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,
Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

ДЕКАБРЬ

Занятие 25,26

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 20см;

Учить после передачи мяча партнером выполнять удары по мячу внутренней стороной стопы и попадать в цель (или в предмет) с расстояния 2.5-3м;

Учить технике выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы от водящего игрокам, стоящим по кругу; Совершенствовать технику выполнения удара по мячу пяткой, стоя в паре.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 38-39

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №13

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 27,28

Закреплять технику выполнения удара по мячу внутренней стороной стопы с попаданием в цель (или предмет) с расстояния 2.5-3м 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 4-5м) 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»).

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр.40-41

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №14

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 29,30

Закреплять технику выполнения удара мячом по стоящему в центре круга (диаметр круга 4-5м) предмету;

Учить технике выполнения остановки (приема) мяча подошвой ноги;

Совершенствовать технику выполнения удара по мячу с места внутренней стороной стопы сквозь ворота (дугу), стоя в паре;

Совершенствовать технику выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы от водящего игрокам, стоящим по кругу.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 42-43

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №15

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 31,32

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 10м, постепенно уменьшая его ширину с 2м до 1м;

Совершенствовать двигательные умения и навыки, выполняя ОРУ парами.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 44-45

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №1

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,
Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их
подготовки к школе стр.32

ЯНВАРЬ

Занятие 33,34

Закреплять технику ведения мяча прямо попеременно то - правой, то левой ногой;

Закреплять технику ведения мяча прямо по коридору длиной 10м, постепенно уменьшая его ширину с 2м до 1м;

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.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 46-47

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №2

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,
Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их
подготовки к школе стр.32

Занятие 35,36

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 10м);

Учить выполнять финты;

Совершенствовать технику ведения мяча прямо попеременно то- правой, то левой ногой.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 48-49

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №3

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,
Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их
подготовки к школе стр.32

Занятие 37,38

Закреплять технику выполнения финтов;

Закреплять технику ведения мяча прямо попеременно то - правой, то левой ногой по начерченной прямой линии (более 10м);

Учить технике отбора мяча у соперника;

Учить элементам вратарской техники: ловля высоколетящего 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.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 50-52

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №4

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 39,40

Закреплять элементы вратарской техники: ловлю высоколетящего мяча в стороне от ворот и ловля мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него);

Учить вратарской технике: ловле низколетящего мяча, приему катящегося мяча, броскам мяча вратарем;

Совершенствовать технику ведения мяча в игре известными детям способами, финтов, отбора мяча у соперника.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 53-54

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №5

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

ФЕВРАЛЬ

Занятие 41,42

Закреплять элементы вратарской техники: ловлю высоколетящего мяча в стороне от ворот и ловля мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него);

Закреплять вратарской технике: ловле низколетящего мяча, приему катящегося мяча, броскам 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

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 55-56

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №6

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 43,44

Закреплять элементы вратарской техники: ловлю высоколетящего мяча в стороне от ворот и ловля мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него);

Закреплять вратарской технике: ловле низколетящего мяча, прием катящегося мяча, удары по мячу вратарем – пробежав несколько шагов, подбросить мяч невысоко вверх- вперед и нанести по нему удар подъемом ноги;

Продолжить учить игре в футбол по упрощенным правилам;

Совершенствовать в игре технику: ведения мяча известными детям способами, финтов, отбора мяча у соперника;

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 57-58

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №7

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 45,46

Совершенствовать элементы вратарской техники: ловлю высоколетящего мяча в стороне от ворот и ловля мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него);

Совершенствовать технику выполнения удара по мячу вратарем – пробежав несколько шагов, подбросить мяч немного вверх- вперед и нанести удар подъемом ноги;
Продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам по 2 игрока в команде;
Совершенствовать технику работы с мячом.
Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 59-61
Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №8
Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,
Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 47,48

Продолжать закреплять технику ведения мяча между предметами поочередно правой и левой ногой (расстояние- до 20м);
Совершенствовать технику точного удара с места (с разбега) мячом по предмету с расстояния 3-3.5м;
Продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам по 2 игрока в команде;
Совершенствовать технику работы с мячом.
Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 62-63
Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №9
Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,
Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

МАРТ

Занятие 49,50

Продолжать закреплять технику выполнения передачи мяча от игрока к игроку в ходьбе;
Совершенствовать технику выполнения точного удара (с места) мячом по предмету с расстояния 3-3.5м;
Продолжать учить в игре в футбол по упрощенным правилам по 3 игрока в команде;
Совершенствовать технику владения мячом – удар по мячу «щечкой» (внутренней стороной стопы).
Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 64-65
Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №10
Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,
Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 51,52

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; Продолжить учить игре в футбол по упрощенным правилам;
Совершенствовать технику владения мячом.
Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 66-67
Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №11
Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,
Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 53,54

Продолжать закреплять технику выполнения передачи мяча в беге от игрока к игроку, расстояние между игроками до 2.5м;

Совершенствовать технику выполнения точного удара с разбега мячом по предмету с расстояния 3-3.5м; Продолжить учить игре в футбол по упрощенным правилам; Совершенствовать технику владения мячом.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 68-69

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №12

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 55,56

Совершенствовать технику выполнения передачи мяча в беге от игрока к игроку, расстояние между игроками до 3м; Совершенствовать технику выполнения остановки мяча во время передачи его друг другу;

Совершенствовать навык выполнения удара по мячу с места определенной силы;

Совершенствовать навык выполнения удара с разбега по предмету.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 70-71

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №13

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

АПРЕЛЬ

Занятие 57,58

Продолжить учить технике выполнения отбора мяча, выполняя действия в паре; Совершенствовать элементы вратарской техники (ловля и броски мяча руками); Продолжить учить технике владения мячом в эстафетах.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 72

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №14

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 59,60

Совершенствовать технику выполнения отбора мяча, выполняя действия в паре;

Продолжить закреплять умение попадать мячом в движущуюся цель;

Развивать физические качества: ловкость, быстроту, меткость, силу, выносливость.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр.73-74

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №15

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 61,62

Совершенствовать умение попадать мячом в движущуюся цель;

Продолжить учить технике выполнения передачи мяча друг другу (втроем).

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 75-76

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №1

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 63,64

Совершенствовать технику выполнения передачи мяча друг другу (втроем);

Продолжить совершенствовать технику отбивания мяча в движении;

Продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 77-78

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев

Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №2

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,

Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

МАЙ

Занятие 65,66

Продолжать совершенствовать технику ведения мяча ногой «змейкой» между предметами; Продолжать совершенствовать технику отбивания мяча в движении;

Продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 79-80

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев

Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №3

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,

Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 67,68

Совершенствовать технику отбивания мяча в движении; Продолжать развивать

скоростно-силовые качества в эстафетных и игровых заданиях;

Продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 81-82

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев

Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №4

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,

Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 69,70

Совершенствовать технические футбольные навыки посредством игр, игровых

упражнений; Продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. 83

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев

Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №5

Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,

Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе стр.32

Занятие 71,72

Совершенствовать технические футбольные навыки посредством игр, игровых упражнений;

Продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам;

Развивать физические качества.

Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду», стр. (84);

Пальчиковая гимнастика: И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев
Здоровьеразвивающие физические упражнения, стр. 153 упр. №6
Самомассаж ладоней: Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев,
Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их
подготовки к школе стр.32

4.3. Методические рекомендации по организации обучения игре в футбол.

В основу методики обучения игре в футбол положена игровая форма проведения занятий. В содержании занятий сочетаются игровые и спортивные упражнения, подвижные игры. Обучение технике проводится постепенно, путем усложнения условий выполнений движений. Секционное занятие, включает три составных части: вводную (разминка с самомассажем ладоней, подготовительные упражнения); основную (ОРУ, подвижные игры, элементы футбольной техники); заключительную (упражнения на расслабление, дыхательная гимнастика). Длительность занятия для детей с ТНР - 25 минут.

Вводная часть – это разминка, целью которой является подготовка организма ребенка к более интенсивной работе в основной части занятия. В содержание вводной части входят: самомассаж, различные виды ходьбы (на носках, на пятках, перекатом, и т.п.) и бега (в колонне, змейкой, с перестроением в пары ит.п.), а также прыжки, подскоки, упражнения на дыхания и подвижные игры.

Алгоритм самомассажа ладоней: в начале занятия детям предлагается самомассаж кистей и пальцев рук:

- Ладони растирать сильно круговыми движениями;
- Надавливание сильно сжатыми четырьмя пальцами одной руки на основание большого пальца, середину ладони, основание пальцев другой руки. Затем положение рук меняется.
- Растирание ладоней движениями вверх-вниз.
- Растирание боковых поверхностей сцепленных пальцев.
- Разминание, затем растирание каждого пальца вдоль, затем поперек.
- Разминание кисти правой руки пальцами левой и наоборот, затем поочередное растирание.
- пальцы рук: обхватить один палец правой руки ладонью левой (как бы зажав его в кулак) и массировать каждый палец, сильно растирая его по всей длине.

Продолжительность вводной части до 3-4 минут. Упражнения вводной части занятия являются подводящими упражнениями к изучению движений в основной части занятия.

Основная часть занятия начинается с комплекса общеразвивающих упражнений (ОРУ) или подвижной игры. Комплекс ОРУ выполняют в течение 4-5 занятий. При обучении дошкольников техническим азам игры в футбол используются подводящие упражнения, т.е. движения, сходные по структуре с главными элементами техники того или иного движения. Продолжительность основной части до 20 минут.

Заключительная часть занятия направлена на восстановление спокойного и ровного состояния организма ребенка. Для этого проводят: ходьбу в сочетании с дыхательными упражнениями, пальчиковую гимнастику, упражнения на расслабление и релаксацию, спокойную игру. Продолжительность заключительной части - 4-5 минут.

Алгоритм пальчиковой гимнастики

1. Пальцы двух рук одновременно сжимать в кулачке, а затем разжимать и разводить врозь.
2. Загибать по очереди пальцы сначала на правой руке, затем на левой и далее одновременно на двух руках; а) начиная с мизинца. б) начиная с большого пальца
3. Кончиками больших пальцев правой и левой рук поочередно касаться кончиков пальцев по очереди Движение сначала выполнить касаясь пальцев с мизинца, а затем с указательного.
4. Сплести пальцы рук, прижимая ладони плотно друг к другу. Затем руки расслабить, опустить вниз и потрясти пальцами.

5. Сплести пальцы рук. Затем поднять руки ладонями вверх и потянуться как можно выше.
6. Сжать пальцы в кулачек. Поднять (выпрямить) большие пальцы, выполнить вращательные движения наружу, а затем внутрь. Потом большие пальцы сжать, а разогнуть указательные и выполнить вращательные движения этими пальцами. Задание выполнить всеми пальцами по очереди.
7. Сжать пальцы в кулачек. Вытянуть указательные и средние пальцы, держа их вместе. Затем развести пальцы врозь и снова соединить вместе.
8. Сцепить пальцы рук в «замок» и тянуть в разные стороны.
9. Подушечки пальцев обеих рук поджать к верхней части ладошки. Большие пальцы прижать к указательным. Затем пальцы разогнуть и встряхнуть.
10. Пальцы сжать в кулачки. Развести в стороны указательные пальцы и мизинцы (рога).
11. Пальцы обеих рук (кроме указательных и больших) сцепить. Указательные пальцы разогнуть и прижать друг к другу. Большими пальцами выполнять быстрые круговые движения вокруг друг друга.
12. Кончики пальцев обеих рук прижать друг к другу подушечками. Сгибая пальцы, сделать круг ладошками.
13. Скрепить запястья обеих рук и прижать ладони тыльной стороной друг к другу. Пальцы прямые. Движением рук в лучезапястных суставах имитировать махи крыльями.
14. Повернуть ладонь к туловищу (к себе). Выполнять волнообразные движения всей кистью, имитируя плывущую рыбку.
15. Сжать пальцы рук в кулак, разогнуть указательные и средние пальцы и выполнить ими «ходьбу» по полу, по столу.

5. Способы оценки освоения программы:

Качество освоения программы определяется с помощью **диагностики физической подготовленности к игре в футбол (Волошина Л.Н.)**, которая состоит из комплекса тестирующих заданий:

- «Бег на 30 м» (ловкость, быстрота),
- «Ведение мяча между кеглями - 10м» (ориентировка в пространстве, координация движений),
- «Удары по воротам- 5 ударов» (число попаданий, техника).

Критерии оценки уровня физической подготовленности к игре в футбол:

- 1 балл- низкий уровень
- 2 балла- ниже среднего уровень
- 3 балла- средний уровень
- 4 балла- выше среднего уровень
- 5 баллов- высокий уровень

Диагностический инструментарий

1.Тестирующее задание «Бег на 30 м» (ловкость, быстрота)

Цель: Пробежать отрезок в 30м, соответственно возрасту, с максимальной скоростью определяем уровень быстроты.

Техника измерения.

1. Проводится на беговой дорожке с высокого старта.
2. По команде «марш» дети бегут от линии «старт» до линии «финиш».
3. В протокол заносится, время с точностью 0,1 сек.

Оценка результата:

5 баллов - Высокий уровень (В)- ребенок правильно принимает исходное положение, согласовывает положение рук и ног, бегаёт прямолинейно с равномерным шагом со скоростью 6.1 сек. и меньше.

4 балла - Уровень выше среднего (BC) -. ребенок правильно принимает исходное положение, согласовывает положение рук и ног, бежит прямолинейно с равномерным шагом со скоростью 6.7 – 6.2сек.

3 балла - Средний уровень (C)- ребенок принимает неправильное исходного положение туловища и рук, бежит на полусогнутых ногах с не равномерным шагом, нарушает прямолинейность бега и бежит со скоростью 7.3 – 6.8 сек;

2 балла – ниже среднего (НС)-ребенок принимает неправильное исходного положение туловища и рук, при беге не согласовывает движения рук и ног, нарушает прямолинейность бега, бежит на полусогнутых ногах с не равномерным шагом со скоростью 8.0 – 7.4сек.;

1 балл – низкий (Н)- ребенок частично выполняет установочную инструкцию, требует дополнительных указаний, скорость бега - 8.1 и и больше;

2.Тестирующее задание «Ведение мяча между кеглями - 10 м»

(ориентировка в пространстве, координация движений),

Цель: выявить уровень ориентировочных реакций и координационных способностей ведения мяча между кеглями на 10м.

Материал на одного ребенка: 4 кеглей, 1 мяч, 2 ограничительных линии.

Техника измерения:

1. Проводится на дорожке, расстояние которой 10м. На расстоянии 2 м друг от друга устанавливается 4 кеглей.
2. Ребенку предлагается по команде «марш» провести мяч змейкой между кеглями и остановится. Таким образом, ребенок пробегает расстояние 10 м.
3. Педагог дает установку: «Провести мяч до флажка и остановится, двигаясь змейкой между кеглями, не задевая их. Начинать движение по команде «марш».
4. Отмечается количество падений кеглей и оценивается техника выполнения..

Оценка результата:

5 баллов - Высокий уровень (В)- ребенок правильно принимает исходное положение, согласовывает положение рук и ног, бежит змейкой, не задевая ни одной кегли, останавливается у флажка.

4 балла - Уровень выше среднего (BC) -. ребенок правильно принимает исходное положение, согласовывает положение рук и ног, бежит змейкой, роняет 1 кеглю.

3 балла - Средний уровень (C)- ребенок принимает неправильное исходного положение туловища и рук, бежит змейкой, роняет до 2 кеглей.

2 балла – ниже среднего (НС)- ребенок принимает неправильное исходного положение туловища и рук, при движении не согласовывает движения рук и ног, теряет мяч, роняет до 3 кеглей.

1 балл – низкий (Н)- ребенок частично выполняет установочную инструкцию, требует дополнительных указаний, теряет мяч, роняет кегли.

3.Тестирующее задание «Удары по воротам- 5 ударов» (число попаданий, техника)

Цель: выявить уровень технических навыков выполнения ударов по воротам и оценить результативность попаданий.

Материал на одного ребенка: ворота (1х2м), 1 мяч, 1 ограничительная линия.

Техника измерения:

1. Проводится на дорожке, расстояние которой 4 м. На расстоянии 4 м от ворот проводится линия, на линию ставится мяч.
2. Ребенку предлагается по команде «марш» выполнить замах правой ногой и ударить носком ноги по неподвижному мячу, целясь по воротам. Повторить пять раз.
3. Педагог дает установку: «Выполнить 5 ударов правой ногой с места по неподвижному мячу, перед каждым ударом поставить мяч на линию. Начинать удары по команде «марш».

4. Отмечается количество попаданий мяча в ворота и оценивается техника выполнения.

Оценка результата:

5 баллов - Высокий уровень (В)- ребенок правильно принимает исходное положение, правильно выполняет удар с места носком ноги по неподвижному мячу с замахом, пять попаданий в ворота.

4 балла - Уровень выше среднего (ВС) -. ребенок правильно принимает исходное положение, выполняет удар с места, делая не более одной ошибки в техники, до 4 попаданий в ворота.

3 балла - Средний уровень (С)- ребенок правильно принимает исходное положение, выполняет удар с места, делая не более одной ошибки в техники, до 3 попаданий в ворота.

2 балла – ниже среднего (НС)- ребенок правильно принимает исходное положение, выполняет удар с места с ошибками в техники, до 2 попаданий в ворота.

1 балл – низкий (Н)- ребенок частично выполняет установочную инструкцию, требует дополнительных указаний, бьет мимо ворот.

Список литературы

1. Э.Й. Адашквичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду» М. «Просвещение» 1992
2. Н.А. Бернштейн « О Ловкости и ее развитии» М. 1991
3. Е.Н.Вавилова «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость» М. «Просвещение» 1981
4. К. Гриндлер, Х. Пальке, Х.Хеммо «Физическая подготовка футболистов» М. «Физкультура и спорт» 1976
5. Е.Ф. Желобкович «Футбол в детском саду» М.2009 «Скрипторий 2003»
6. А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» М. «Просвещение» 1972
7. Ф.И.Молостова, В.М.Молодцова, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев, Ю.Р.Силкин, А.С.Большев Оздоровительно-коррекционная работа с детьми в период их подготовки к школе
8. «Теория и методика физической культуры» под ред. Курамшина Ю.Ф. М. Советский спорт, 2003
9. «Теория и методика физической культуры» под ред. С.О.Филипповой, Г.Н. Понамарева СП б, « ДЕТСТВО –ПРЕСС», М.ТЦ « СФЕРА» 2008
- 10.В.А.Шишкина «движение + движение» М. «Просвещение» 1992
- 11.И.К. Шилковой, Л.В. Филиппова, Ю.А.Лебедев Здоровьеразвивающие физические упражнения,

**Диагностика физической подготовленности к игре в мини-футбол
(на начало года)**

№	Фамилия, имя	Бег на 30м		Ведение мяча между кеглями	Удары по воротам
		сек	бал		
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

**Диагностика физической подготовленности к игре в мини-футбол
(на конец года года)**

№	Фамилия, имя	Бег на 30м		Ведение мяча между кеглями	Удары по воротам
		сек	бал		
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					