

ПРИНЯТА  
на Педагогическом  
совете 30.08.2023г.  
протокол № 4

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом  
Заведующего МБДОУ  
«Детский сад №178»  
46 о/д от 30.08.2023г

**Селина Татьяна Юрьевна**

Подписано цифровой подписью: Селина Татьяна  
Юрьевна Дата: 2023.08.30.30 11:29:45 +03'00'

**Дополнительная общеобразовательная программа**  
**«Юный футболист»**  
**(для детей 5-6 го года жизни)**  
**Срок реализации: 7 месяцев**

## Содержание

1.	Пояснительная записка	стр. 3
2.	Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной программы	стр. 4
2.1.	Материально-техническое обеспечение	стр. 5
3.	Текущий контроль	стр. 6
4.	Формы промежуточной аттестации	стр. 6
5.	Учебный план	стр. 6
6.	Календарный учебный график	стр. 7
7.	Рабочая программа	стр. 9
8.	Оценочные и методические материалы	стр. 49

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Юный футболист» разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Правительства РФ от 15.09.2020 № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 16.09.2020 № 500 «Об утверждении примерной формы договора об образовании по дополнительным общеразвивающим программам».

**Направленность программы** – физкультурно - спортивная.

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

**Актуальность программы** состоит в том, что в процессе её реализации проводится работа по нескольким направлениям развития ребенка:

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

**Новизной и отличительной особенностью программы** начало занятий с детьми младшего дошкольного возраста, постепенное усвоение технических приемов игры в футбол путем усложнения условий их выполнения, наличие игровых методов и приемов обучения, использование метода круговой тренировки.

**Цель программы:** познакомить детей с особенностями и правилами игры в футбол, учить простейшим техническим приемам игры.

**Задачи:**

1. Формировать элементарные представления о правилах игры в футбол.
2. Способствовать освоению технических приемов игры с мячом: ведение, удар, передача, остановка мяча внутренней стороной стопы.
3. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, координационные способности, точность движений.

4. Развивать морально-волевые качества: смелость, решительность, уверенность в своих силах, самостоятельность, активность, целеустремленность.
5. Воспитывать интерес к действиям с мячом, желание участвовать в совместной игре, радость от общих побед.

**Планируемые результаты освоения детьми  
дополнительной общеобразовательной программы «Юный футболист»  
(для детей 5-6-го года жизни)**

<b>МОДУЛЬ 1</b>
Владеет техническими приемами: - удар внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу - остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы
<b>МОДУЛЬ 2</b>
Владеет техническими приемами: - удар по неподвижно лежащему мячу с одного шага разбега - удар по катящемуся мячу внутренней стороной стопы
<b>МОДУЛЬ 3</b>
Владеет техническими приемами: - передача мяча внутренней стороной стопы в одно касание - ведение мяча внутренней стороной стопы

## 2. Организационно-педагогические условия реализации Программы.

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей детей 5-6 го года жизни.

**Срок реализации** программы: 7 месяцев (октябрь - апрель).

**Режим занятий:** занятия проводятся два раз в неделю по 25 минут (академический час).

**Наполняемость группы:** 10 человек.

**Структура занятия** состоит из трех частей:

1. Вводная часть (3-4 минуты): разминка, основные виды движений (различные виды ходьба, бега, прыжков).

2. Основная часть (12-14 минут): общеразвивающие упражнения, упражнения на овладение действиями с мячом, подвижная игра.

3. Заключительная часть (3-4 минуты): основные виды движений (различные виды ходьба, бега) в медленном темпе, подвижная игра или игровое упражнение малой подвижности. При подведении итогов занятия педагогом отмечается положительная динамика в освоении всеми детьми и каждым ребенком в отдельности определенных технических приемов, проявления ими волевых и двигательных качеств, а также перспектива на будущее.

**Способы организации детей для выполнения основных движений:** фронтальный, подгрупповой, поточный, индивидуальный.

**Методы и приемы, помогающие осуществлять индивидуальный подход:** дифференциация заданий, дозировка заданий, ограничение зоны действия, мобильные объединения детей при выполнении заданий.

**Обучение двигательным действиям (техническим приемам игры):** современный футбол предъявляет к технической подготовке игроков высокие требования. Недостаточно прочно усвоенные игровые приемы на этапе начального обучения отрицательно влияют на дальнейшую подготовку юного футболиста. В основе эффективной техники лежит хорошая внутримышечная и межмышечная координация. Такая координация развивается и совершенствуется при

многократном повторении одного и того же технического приема вначале в стандартных, а потом и в самых разнообразных условиях.

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

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

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

## 2.1. Материально – техническое обеспечение

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Ворота футбольные малые	2
2.	Мячи волейбольные	10
3.	Мячи резиновые маленького размера	10
4.	Мячи набивные	10
5.	Конусы-ориентиры	10
6.	Кубики пластмассовые	10
7.	Кубы большие (мягкие модули)	10
8.	Кегли	10
9.	Шнуры короткие	10
10.	Шнур длинный	1
11.	Палки гимнастические	10
12.	Мешочки с песком	10
13.	Сетки для мячей	10

При обучении детей 5-6-го года жизни игре в футбол используются облегченные мячи меньшего размера - волейбольные, так как волейбольные мячи мягче и легче, чем футбольные.

### 3. Текущий контроль

Текущий контроль проводится на каждом занятии. Это оценка качества усвоения изученного материала на занятии каждым ребенком. Результат фиксируется в «Журнале учета занятий» согласно критериям:

Критерии	Обозначение
Обучающийся полностью усвоил материал	О
Обучающийся частично усвоил материал	Ч
Обучающийся не усвоил материал	Н

### 4. Формы промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация – это оценка качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы. Промежуточная аттестация освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы «Юный футболист» проводится 3 раза в год по итогам

завершения каждого модуля. Аттестация проводится в форме наблюдения за выполнением задания. Результат фиксируется в протоколе, который хранится один год в методическом кабинете.

### 5. Учебный план

Месяц	№ п/п	Виды, формы деятельности	Количество академических часов за учебный год
<b>Модуль 1</b>			
Октябрь - декабрь	1.	- техника удара внутренней стороной стопы по неподвижно лежащему мячу - техника остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы	16
	2.	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>0,5</b>
<b>Модуль 2</b>			
Январь – февраль	3.	- техника удара по неподвижно лежащему мячу с одного шага разбега - техника удара по катящемуся мячу внутренней стороной стопы	24
	4.	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>0,5</b>
<b>Модуль 3</b>			
Март - апрель 5.		- техника передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание - техника ведения мяча внутренней стороной стопы	16
	6.	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>0,5</b>
Итого (академических часов):			56
Длительность одного занятия			25 минут
Количество занятий в неделю / объем учебной нагрузки (мин.)			2 / 50 минут
Количество занятий в месяц / объем учебной нагрузки (мин.)			8 / 400 мин.
Количество занятий в учебном году / объем учебной нагрузки (час, мин.)			56/ 22400 мин.



59-60																																				
61-62																																				
63-64 Промежуточная аттестация																																				
<b>Всего занятий за модуль:</b>	<b>16</b>												<b>24</b>												<b>16</b>											
<b>Всего занятий за год:</b>	<b>56</b>																																			



## 7. Рабочая программа

Месяц	№ занятия	Задачи	Содержание	Организационно - методические указания	Материал
<b>Модуль 1</b>					
Октябрь	1-2	<p>1. Познакомить детей с правилами поведения на занятиях.</p> <p>2. Познакомить с основными исходными положениями ног при выполнении общеразвивающих упражнений.</p> <p>3. Воспитывать внимание.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Беседа о правилах поведения на занятиях.</p> <p>2. Построение в одну шеренгу.</p> <p>3. Ходьба друг за другом в спортивной манере по периметру площадки. По звуковому сигналу дети поднимают руки вверх и выполняют ладонями хлопок.</p>	<p>Дети строятся по специально начерченной линии.</p> <p>Дистанция – 1 круг. Руки и кисти расслаблены, стопа приземляется последовательно: с пятки на носок.</p>	Конусы – ориентиры
			<p>II. Основная часть:</p> <p>Ознакомление с основными исходными положениями ног при выполнении общеразвивающих упражнений (комбинация ИП, повтор 4-5 раз):</p> <p>1. Основная стойка (о.с.) – ноги вместе, руки прижаты к туловищу.</p> <p>2. О.с. ноги врозь или на ширине плеч, или на ширине ступни, или шире плеч.</p> <p>3. О.с. ноги врозь – правая (или левая) нога впереди.</p> <p>4. О.с. ноги скрестно – левая нога впереди правой или наоборот.</p> <p>5. О.с. поставив ступню левой ноги впереди правой или наоборот.</p> <p>Основные движения:</p> <p>1. Ходьба на месте.</p> <p>2. Ходьба гуськом по периметру площадки.</p> <p>Подвижная игра «Лягушки-квакушки»</p>		
				<p>Обратить внимание на согласованное движение рук и ног.</p> <p>То же. Дистанция – 1 круг.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	

		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба в спокойном темпе по кругу диаметром 8–10 м, перешагивая конусы.</p> <p>2. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Обратить внимание на согласованное движение рук и ног.</p> <p>Дистанция – 1 круг.</p>	
3-4	<p>1. Закреплять умение выполнять исходные положения ног для общеразвивающих упражнений.</p> <p>2. Развивать умение выполнять упражнения с мячом (брать, катать, поднимать, ставить, прокатывать ногой); ловкость при выполнении упражнений.</p> <p>3. Воспитывать внимание.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Беседа о содержании занятия.</p> <p>3. Ходьба друг за другом в спортивной манере по периметру площадки. По звуковому сигналу дети выполняют ладонями хлопок перед собой.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Общеразвивающие упражнения. Повторение основных исходных положений ног при выполнении общеразвивающих упражнений (см. занятия № 1-2).</p> <p>2. Основные движения - упражнения с мячом:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– взять мяч в руки, наклониться и поставить его у ног,</li> <li>– покатить рукой мяч перед собой на 2–3 шага, догнать его и, взяв мяч в руки, вернуться на прежнее место,</li> <li>– поднять мяч вверх на вытянутые руки, отпустить его и, после отскока от поверхности площадки, поймать двумя руками,</li> <li>– поставить мяч перед собой, накрыть его подошвой и прокатить его вперед и назад.</li> </ul> <p>2. Упражнение на осанку:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проверить правильность осанки, касаясь пятками, ягодицами, спиной и затылком</li> </ul>	<p>Дети строятся по специально начерченной линии.</p> <p>Дистанция – 1 круг. Руки и кисти расслаблены, стопа приземляется последовательно: с пятки на носок.</p> <p>Дыхание произвольное.</p> <p>Обратить внимание на осанку детей.</p> <p>Повторить 4–5 раз.</p> <p>Повторить 3–4 раза.</p> <p>Повторить 4–5 раз.</p> <p>Повторить 5–6 раз каждой ногой.</p> <p>Обратить внимание на запоминание этой позы.</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, кегли (для обозначения «коридора»), конусы (для обозначения «круга»).</p>

		<p>стенки;  – ходьба по коридору шириной 1 м, сохраняя правильную осанку;  – ходьба на носках по кругу диаметром 5 - 6 м, сохраняя правильную осанку;  – то же, но ходьба на пятках.  3. Подвижная игра «Жмурки».</p>	<p>Дистанция – 10 м  Дистанция – 10–15 м  Дистанция 8–10 м  Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:  1. Чередование медленного бега с ходьбой по периметру площадки.  2. Ходьба в спокойном темпе с перекатом ноги с пятки на носок.  3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Обратить внимание на согласованное движение рук и ног.  Дистанция – 1 круг.</p>	
5-6	<p>1. Формировать умение выполнять исходные положения рук для общеразвивающих упражнений.  2. Развивать умение выполнять упражнения с мячом (бросок, ведение рукой, перекачивание внутренней стороной стопы); ловкость при выполнении упражнений.  3. Воспитывать настойчивость при выполнении упражнений.</p>	<p>I. Вводная часть:  1. Построение в одну шеренгу.  2. Ходьба друг за другом, обходя расставленные препятствия (конусы) с переходом на бег.</p> <p>II. Основная часть:  1. Общеразвивающие упражнения:  Основные исходные положения рук при выполнении общеразвивающих упражнений (комбинация ИП, повтор 4-5 раз):  - Руки на пояс.  - Руки к плечам.  - Руки перед грудью.  - Руки за голову.  - Руки вперед.  - Руки вверх.  - Руки в стороны.  2. Упражнения с мячом:  – в парах: партнеры встают в 2 м напротив друг друга и поочередно выполняют</p>	<p>Дистанция – 2 периметра зала.  Дыхание произвольное. Обратить внимание на осанку.  Обратить внимание на положение рук при броске и ловле мяча.</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, конусы – ориентиры</p>

		<p>броски мяча от груди двумя руками, посылая мяч партнеру на грудь, – то же, но броски выполняются от головы на грудь партнеру, – дети располагаются с мячами в руках за боковой линией площадки. По сигналу педагога они приземляют мяч, и, подталкивая его ладонью, продвигаются вперед шагом до поворотного пункта, а затем так же возвращаются назад, – перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую. 3. Подвижная игра «Лягушки-квакушки»</p>	<p>Повтор: 6-8 раз.</p> <p>Дистанция – 10 м</p> <p>Повтор: 8-10 раз.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть: 1. Чередование медленного бега с ходьбой по периметру площадки. 2. Ходьба по прямой линии, держа руки в стороны, к плечам, сохраняя правильную осанку. 3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция – 1 круг.</p> <p>Дистанция – длина зала.</p>	
7-8	<p>1. Закреплять умение выполнять исходные положения рук для общеразвивающих упражнений.</p> <p>2. Развивать умение выполнять упражнения с мячом (бросок, ведение рукой, перекатывание ногами); ловкость при выполнении упражнений.</p> <p>3. Воспитывать настойчивость при</p>	<p>I. Вводная часть: 1. Построение в одну шеренгу. 2. Ходьба друг за другом, обходя расставленные препятствия (кубики) с переходом на бег.</p> <p>II. Основная часть: 1. Общеразвивающие упражнения: Основные исходные положения рук при выполнении общеразвивающих упражнений (см. занятия № 5-6). 2. Упражнения с мячом: – в парах: партнеры встают в 2 м напротив друг друга и поочередно выполняют броски мяча от груди двумя руками,</p>	<p>Дистанция – 1 круг.</p> <p>Дыхание произвольное. Обратит внимание на осанку.</p> <p>Обратит внимание на положение рук при броске и ловле мяча. Повтор: 6-8 раз.</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, кубики</p>

		выполнении упражнений.	<p>посылая мяч партнеру на грудь, – то же, но броски выполняются от головы на грудь партнеру, – дети располагаются с мячами в руках за боковой линией площадки. По сигналу педагога они приземляют мяч, и, подталкивая его ладонью, продвигаются вперед шагом до поворотного пункта, а затем так же возвращаются назад, – то же, но ведение мяча рукой выполняется при ускоренном движении, – перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую. 3. Подвижная игра «Лягушки-квакушки».</p>	<p>Дистанция – 10 м</p> <p>Повтор: 8-10 раз.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
			<p>III. Заключительная часть: 1. Чередование медленного бега с ходьбой по периметру площадки. 2. Ходьба по прямой линии, держа руки на поясе, на затылке, сохраняя правильную осанку. 3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция – 1 круг.</p> <p>Дистанция – длина зала.</p>	
Ноябрь	9-10	<p>1. Упражнять в выполнении действий с мячом (бросок, ведение рукой, перекатывание ногами). 2. Развивать координацию движений. 3. Воспитывать внимание, интерес к упражнениям с мячом.</p>	<p>I. Вводная часть: 1. Построение в одну шеренгу. 2. Ходьба друг за другом, обходя расставленные препятствия (кегли) с переходом на бег.</p>	<p>Дистанция – 1 круг.</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, кегли</p>
			<p>II. Основная часть: 1. Общеразвивающие упражнения: – сжимание в кулак и разжимание пальцев, вытянув руки вперед, – махи прямыми руками вверх-вниз через стороны, – вращение головой вправо и влево, – вращение кистями вправо и влево,</p>	<p>Дыхание произвольное. Повтор 4-5 раз</p> <p>Повтор 4-5 раз</p> <p>Повтор 2-3 раза, движения плавные. Повтор 4-5 раз</p>	

		<p>– наклоны туловища, касаясь руками пола.</p> <p>2. Упражнения с мячом:</p> <p>– в парах: партнеры встают в 2 м напротив друг друга и поочередно выполняют броски мяча от груди двумя руками, посылая мяч партнеру на грудь,</p> <p>– то же, но броски выполняются от головы на грудь партнеру,</p> <p>– дети располагаются с мячами в руках за боковой линией площадки. По сигналу педагога они приземляют мяч, и, подталкивая его ладонью, продвигаются вперед шагом до поворотного пункта, а затем так же возвращаются назад,</p> <p>– то же, но ведение мяча рукой выполняется при ускоренном движении;</p> <p>– перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую.</p> <p>3. Подвижная игра «Жмурки».</p>	<p>Повтор: 4-5 раз.</p> <p>Обратить внимание на положение рук при броске и ловле мяча.</p> <p>Повтор: 8-10 раз.</p> <p>Повтор: 8-10 раз.</p> <p>Дистанция – 10 м</p> <p>Повтор: 10-12 раз.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Чередование медленного бега с ходьбой по периметру зала.</p> <p>2. Ходьба по прямой линии, с высоким подниманием бедра, на носках, сохраняя правильную осанку.</p> <p>3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция – 1 круг.</p> <p>Дистанция – длина зала.</p>	
11-12	<p>1. Познакомить с техникой удара по мячу внутренней стороной стопы с места.</p> <p>2. Развивать координацию движений, ловкость.</p> <p>3. Поддерживать интерес</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба друг за другом по периметру площадки, держа в ладонях теннисные мячи.</p> <p>3. Бег по кругу, держа в ладонях теннисные мячи. По сигналу бег враспынную. Возвращение к бегу по кругу.</p>	<p>Дистанция – 35–40 м. Обратить внимание на соблюдение правильной осанки и согласованные движения рук и ног.</p> <p>Дистанция – 50 м. Обратить внимание на то, чтобы дыхание совпадало с ритмом движения.</p>	<p>Волейбольные и теннисные мячи по количеству детей, набивные мячи по количеству детей, конусы – ориентиры.</p>

	и желание овладеть техническими приемами игры с мячом.	<p>Упражнение заканчивается ходьбой.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Общеразвивающие упражнения (см. занятия № 10-12).</p> <p>2. Основные движения – упражнения с мячом.</p> <p>Удар по мячу внутренней стороной стопы с места:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрация данного приема педагогом,</li> <li>– имитация выполнения данного приема детьми,</li> <li>– то же, но перед началом замаха бьющей ноги вперед занимающиеся сгибают опорную ногу в коленном суставе,</li> <li>– дети выполняют легкий удар внутренней стороной стопы с места по набивному мячу.</li> </ul> <p>3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	<p>Цель: создание общего представления о приеме.</p> <p>Дети выполняют размахивание бьющей ногой вперед с разворотом стопы наружу на 90°.</p> <p>Цель – прочувствовать место нанесения удара по мячу.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Бег в медленном темпе змейкой между конусами, расставленными по прямой линии через каждые 2 м.</p> <p>2. Ходьба в спокойном темпе по периметру площадки с фиксированным перекатом ноги с пятки на носок.</p> <p>3. Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция – длина зала.</p> <p>Дистанция – длина зала.</p>	
13-14	<p>1. Упражнять в выполнении удара по мячу внутренней стороной стопы с места.</p> <p>2. Развивать координацию движений, ловкость.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба по кругу диаметром 8–10 м, перешагивая расставленные на пути препятствия (кубки).</p> <p>3. Бег по площадке с изменением направления движения по сигналу</p>	<p>Дистанция – длина зала.</p> <p>Дистанция – длина зала.</p>	<p>Волейбольные и набивные мячи по количеству детей, кубики</p>

	3. Воспитывать активность при выполнении упражнений.	педагога. Упражнение заканчивается ходьбой. II. Основная часть: 1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 1. 2. Удар по мячу внутренней стороной стопы с места: – повторение упражнений из занятий № 11-12, – встав в 2–3 м напротив стенки, дети выполняют удар по мячу с места. Отраженный от стенки мяч дети ловят руками, ставят перед собой и вновь наносят удар. 3. Упражнение на осанку: – проверка правильности осанки, встав спиной к стенке, – ходьба по прямой линии, держа руки в стороны, – ходьба по коридору шириной 0,5 м на пятках, носках.		
		III. Заключительная часть: 1. Подвижная игра «Слушай сигнал» (2-3 раза). 2. Подведение итогов занятия.	Удар наносится в середину мяча, опорная нога ставится на уровне мяча. Повтор: 10-12 раз.  Дистанция – длина зала.  Дистанция – длина зала.	
15-16	1. Продолжать упражнять в выполнении техники удара по мячу внутренней стороной стопы с места. 2. Развивать реакцию на сигнал, координацию движений. 3. Воспитывать желание	I. Вводная часть: 1. Построение в одну шеренгу. 2. Ходьба друг за другом, обходя расставленные препятствия (мячи) с переходом на бег. II. Основная часть: 1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 1. 2. Удар по мячу внутренней стороной	Дистанция – 50 м	Волейбольные и набивные мячи по количеству детей



		правильно выполнять упражнения.	<p>стопы с места: – повторение упражнений из занятий № 13-14. 3. Упражнение на осанку: – проверка правильности осанки, встав спиной к стенке, – ходьба по прямой линии, держа руки к плечам, в стороны.</p> <p>III. Заключительная часть: 1. Подвижная игра «Лягушки-квакушки». 2. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Удар наносится в середину мяча, опорная нога ставится на уровне мяча.</p> <p>Дистанция – 10–12 м</p>	
Декабрь	17-18	<p>1. Освоение техники удара по мячу внутренней стороной стопы и остановки катящегося мяча этим же способом. 2. Развивать координацию движений, выносливость. 3. Воспитывать желание добиться результата.</p>	<p>I. Вводная часть: 1. Построение в одну шеренгу. 2. Чередование ходьбы в спокойно темпе с бегом (10 м – ходьба, 6–8 м – бег и т.д.).</p>	<p>Дистанция – 50–55 м</p>	<p>Волейбольные и набивные мячи по количеству детей, гимнастическая скамейка – 2 шт., сетки для мячей, шнур</p>
			<p>II. Основная часть: 1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 1. 2. Удар внутренней стороной стопы с места: – повторение упражнений из занятий № 13-14. 2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы: – демонстрация данного приема педагогом, – встав в 2–3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы в эту цель. Отраженный мяч останавливается этим же способом, – дети подходят к подвешенным в сетках мячам (расстояние 5–10 см от поверхности площадки). Выполнив легкий удар по</p>	<p>Цель – создание общего представления о приеме. При приближении мяча бьющая нога выносится навстречу мячу, а ее стопа разворачивается наружу, образуя со стопой опорной ноги прямой угол.</p> <p>То же.</p>	

		<p>подвешенному мячу, они затем выполняют остановку возвращающегося мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	Повтор: 2-3 раза.	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба по кругу диаметром 8–10 м, выполняя по сигналу педагога хлопок ладонями рук перед собой или сзади.</p> <p>2. Упражнение на дыхание: руки через стороны–вверх – вдох через нос; опустить руки вниз перед собой – выдох через рот.</p> <p>3. Подведение итогов занятия</p>	Дистанция – 35 м	
19-20	<p>1. Упражнять в выполнении удара по мячу внутренней стороной стопы и остановки катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать ловкость, реакцию на сигнал.</p> <p>3. Воспитывать интерес к выполнению упражнений парами.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Чередование ходьбы в спокойно темпе с бегом (10 м – ходьба, 6–8 м – бег и т.д.).</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 1.</p> <p>2. Удар внутренней стороной стопы с места:</p> <p>– повторение упражнений из занятий № 13-14.</p> <p>– выполнение удара по мячу внутренней стороной стопы в ворота (по подгруппам, каждая подгруппа – в свои ворота).</p> <p>2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы:</p> <p>– демонстрация данного приема педагогом,</p> <p>– встав в 2–3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы в эту цель. Отраженный мяч</p>	<p>Дистанция – 50–55 м</p> <p>Обратить внимание на точность удара по мячу (попадание его в ворота).</p> <p>Цель – создание общего представления о приеме.</p> <p>При приближении мяча бьющая нога выносится навстречу мячу, а ее стопа разворачивается наружу, образуя со стопой опорной ноги</p>	<p>Волейбольные и набивные мячи по количеству детей,</p> <p>гимнастическая скамейка – 2 шт., ворота футбольные малые, сетки для мячей, шнур</p>

		<p>останавливается этим же способом, – дети подходят к подвешенным в сетках мячам (расстояние 5–10 см от поверхности площадки). Выполнив легкий удар по подвешенному мячу, они затем выполняют остановку возвращающегося мяча внутренней стороной стопы. – в парах: партнеры, встав в 3 м друг против друга, попеременно ударом внутренней стороной стопы посылают мяч низом товарищу, который останавливает катящийся мяч этим же способом, и т.д. 3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	<p>прямой угол. То же.  При приближении мяча тяжесть тела переносится на согнутую в коленном суставе опорную ногу.  Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть: 1. Ходьба по периметру площадки, выполняя по звуковому сигналу хлопок ладонями рук над головой. 2. Упражнение на дыхание: руки через стороны–вверх – вдох через нос; опустить руки вниз перед собой – выдох через рот. 3. Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция – 1 круг.</p>	
21-22	<p>1. Закреплять технику выполнения удара по мячу внутренней стороной стопы и остановки катящегося мяча этим же способом. 2. Развивать ловкость, реакцию на сигнал. 3. Воспитывать интерес к выполнению упражнений парами.</p>	<p>I. Вводная часть: 1. Построение в одну шеренгу. 2. Ходьба с перешагиванием через препятствия (шнуры), разложенные по 1 стороне зала, с переходом на бег.</p> <p>II. Основная часть: 1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 1. 2. Удар внутренней стороной стопы с места: – повторение упражнений из занятий № 19-20. 2. Остановка катящегося мяча внутренней</p>	<p>Дистанция – 2 круга.</p>	<p>Волейбольные и набивные мячи по количеству детей, ворота футбольные малые, шнуры, сетки для мячей, кегли</p>

		<p>стороной стопы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– встав в 2–3 м напротив стенки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы в стенку. Отраженный мяч останавливается этим же способом,</li> <li>– дети подходят к подвешенным в сетках мячам (расстояние 5–10 см от поверхности площадки). Выполнив легкий удар по подвешенному мячу, они затем выполняют остановку возвращающегося мяча внутренней стороной стопы.</li> <li>– в парах: партнеры, встав в 3 м друг против друга, попеременно ударом внутренней стороной стопы посылают мяч низом товарищу, который останавливает катящийся мяч этим же способом, и т.д.</li> </ul> <p>3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	<p>При приближении мяча бьющая нога выносится навстречу мячу, а ее стопа разворачивается наружу, образуя со стопой опорной ноги прямой угол.</p> <p>То же.</p> <p>При приближении мяча тяжесть тела переносится на согнутую в коленном суставе опорную ногу.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег в медленном темпе змейкой между кеглями, расставленными по прямой линии через каждые 2 м.</li> <li>2. Ходьба в спокойном темпе по периметру площадки с фиксированным перекатом ноги с пятки на носок.</li> <li>3. Подведение итогов занятия</li> </ol>	<p>Дистанция – 35 м. Дыхание свободное.</p> <p>Дистанция – 30 м</p>	
23-24	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять умение выполнять удар по мячу внутренней стороной стопы и останавливать катящийся мяч этим же способом.</li> <li>2. Развивать координацию движений, ловкость.</li> </ol>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Ходьба в спокойном темпе с чередованием с ходьбой с высоким подниманием бедра. По сигналу – изменение направления движения.</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 1.</li> </ol>	<p>Дистанция – 2 круга.</p>	<p>Волейбольные и набивные мячи по количеству детей, ворота футбольные малые, гимнастические скамейки – 2 шт.</p>

		<p>3. Воспитывать уверенность в своих способностях.</p> <p><b>Промежуточная аттестация</b></p>	<p>2. Удар внутренней стороной стопы с места: – повторение упражнений из занятий № 19-20.</p> <p>2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Дети делятся на 2 подгруппы, одна из которых выполняет остановку мяча от скамейки, другая – от стенки. Затем подгруппы меняются местами: 1 подгруппа – встав в 2–3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы в эту цель. Отраженный мяч останавливается этим же способом, 2 подгруппа – встав в 2–3 м напротив стенки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы в стенку. Отраженный мяч останавливается этим же способом, – в парах: партнеры, встав в 4 м друг против друга, попеременно ударом внутренней стороной стопы посылают мяч низом товарищу, который останавливает катящийся мяч этим же способом, и т.д.</p> <p>3. Подвижная игра «Слушай сигнал».</p>	<p>При приближении мяча бьющая нога выносится навстречу мячу, а ее стопа разворачивается наружу, образуя со стопой опорной ноги прямой угол.</p> <p>То же.</p> <p>При приближении мяча тяжесть тела переносится на согнутую в коленном суставе опорную ногу.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
			<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба в спокойном темпе по периметру Площадки с чередованием с ходьбой на носках, на пятках.</p> <p>3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция – 35 м.</p>	

<b>Модуль 2</b>					
Январь	25-26	<p>1. Познакомить с техникой удара по неподвижному мячу с одного шага разбега и освоение остановки катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать реакцию на сигнал, координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать желание осваивать новые технические приемы.</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b></p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Бег с мячом в руках по периметру площадки. По звуковому сигналу дети поднимают мяч над головой, затем опускают, продолжая движение.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием расставленных по пути предметов (кубиков).</p>	<p>Дистанция – 1 круг</p> <p>Дистанция – 1 круг</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, кубики, гимнастические скамейки – 2 шт., сетки для мячей</p>
		<p><b>II. Основная часть:</b></p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 2.</p> <p>2. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрация педагогом данного приема,</li> <li>– имитация выполнения данного приема детьми,</li> <li>– встав в 2–3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы с 1 шага разбега в эту цель. Отраженный мяч останавливается внутренней стороной стопы,</li> <li>– дети подходят к подвешенным в сетках мячам (расстояние 5–10 см от поверхности площадки). Выполнив легкий удар по подвешенному мячу с одного шага разбега, они затем выполняют остановку возвращающегося мяча внутренней стороной стопы.</li> </ul> <p>2. Остановка катящегося мяча внутренней</p>	<p>Цель – создание общего представления о приеме.</p> <p>Опорная нога ставится рядом с мячом на специально обозначенную отметку.</p>		

		<p>стороной стопы: – дети упражняются в парах. Один из них имеет мяч. Партнеры встают в 3–4 м друг против друга. Имеющий мяч рукой накатывает его на товарища, тот останавливает катящийся мяч внутренней стороной стопы и тут же ударом внутренней стороной стопы посылает мяч низом обратно.</p> <p>3. Подвижная игра «Охотники и утки».</p>	<p>Обратить внимание на амортизирующее движение стопы при касании мяча.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба по прямой линии на носках, пятках, чередование с обычной ходьбой.</p> <p>2. Упражнение на дыхание: руки через стороны вверх – вдох, вниз - выдох.</p> <p>3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция – 30 м. Обратить внимание на соблюдение правильной осанки.</p>	
27-28	<p>1. Упражнять в технике удара по неподвижному мячу с одного шага разбега и остановке катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать реакцию на сигнал, координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать настойчивость в достижении результата.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Бег, держа мяч в руках, по периметру площадки. Чередование с ходьбой. Во время ходьбы по звуковому сигналу дети ударяют мяч об пол и ловят его, продолжают движение.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 2.</p> <p>2. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега: – встав в 2–3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы с 1 шага разбега в эту цель. Отраженный мяч останавливается</p>	<p>Дистанция – 2 круга.</p> <p>Опорная нога ставится рядом с мячом на специально обозначенную отметку.</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, гимнастические скамейки – 2 шт., сетки для мячей</p>

			<p>внутренней стороной стопы,  – дети подходят к подвешенным в сетках мячам (расстояние 5–10 см от поверхности площадки). Выполнив легкий удар по подвешенному мячу с одного шага разбега, они затем выполняют остановку возвращающегося мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы:  – дети упражняются в парах. Один из них имеет мяч. Партнеры встают в 3-4 м друг против друга. Имеющий мяч рукой накатывает его на товарища, тот останавливает катящийся мяч внутренней стороной стопы и тут же ударом внутренней стороной стопы посылает мяч низом обратно;</p> <p>– дети встают в колонну по одному. Педагог с мячом занимает позицию в 3–4 м перед колонной. Ударом по неподвижному мячу он направляет мяч низом головному игроку. Тот останавливает катящийся мяч внутренней стороной стопы и тут же ударом внутренней стороной стопы посылает мяч обратно педагогу, а сам перебегает в конец колонны и т.д.</p> <p>3. Подвижная игра «Охотники и утки».</p>	<p>Обратить внимание на амортизирующее движение стопы при касании мяча.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
			<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба по прямой линии на внутренней и внешней сторонах стоп, чередование с обычной ходьбой</p> <p>2. Упражнение на дыхание: руки через</p>	<p>Дистанция – 30 м. Обратить внимание на соблюдение правильной осанки</p>	



			<p>стороны вверх – вдох, вниз - выдох.</p> <p>3. Подведение итогов занятия</p>		
29-30	<p>1. Продолжать упражнять в технике удара по неподвижному мячу с одного шага разбега и остановке катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать ловкость, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать интерес к игре в парах.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба по периметру площадки с перешагиванием через разложенные мячи. Чередование с бегом «змейкой» вокруг мячей.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 2.</p> <p>2. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега.</p> <p>Дети делятся на 2 подгруппы, одна из которых выполняет удар и остановку мяча от скамейки, другая – от стенки. Затем подгруппы меняются местами:</p> <p>1 подгруппа – встав в 2–3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега в эту цель. Отраженный мяч останавливается этим же способом.</p> <p>2 подгруппа – встав в 2–3 м напротив стенки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега в стенку. Отраженный мяч останавливается этим же способом.</p> <p>2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы:</p> <p>– в парах: партнеры, встав в 3–4 м друг против друга, попеременно ударом внутренней стороной стопы посылают мяч</p>	<p>Мячи разложены по двум сторонам зала. Дистанция – 2 круга (1/2 круга – ходьба, 1/2 круга – бег).</p>	<p>Волейбольные мячи на каждого ребенка, гимнастические скамейки – 2 шт.</p>	
				<p>Обратить внимание на технику выполнения удара по мячу.</p>	
				<p>Обратить внимание на амортизирующее движение стопы при касании мяча.</p>	

		<p>товарищу, который останавливает катящийся мяч этим же способом; – дети встают в колонну по одному. Педагог с мячом занимает позицию в 3–4 м перед колонной. Ударом по неподвижному мячу он направляет мяч низом головному игроку. Тот останавливает катящийся мяч внутренней стороной стопы и тут же ударом внутренней стороной стопы посылает мяч обратно педагогу, а сам перебегает в конец колонны и т.д.</p> <p>3. Подвижная игра «Охотники и утки».</p>	<p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба по прямой линии на внутренней и внешней сторонах стоп, чередование с обычной ходьбой</p> <p>2. Упражнение на дыхание: руки через стороны вверх – вдох, вниз - выдох.</p> <p>3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция – 30 м. Обратить внимание на соблюдение правильной осанки.</p>	
31-32	<p>1. Закреплять умение выполнять удар по неподвижному мячу с одного шага разбега и останавливать катящийся мяч этим же способом.</p> <p>2. Развивать ловкость, зрительно – моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих способностях.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Бег, держа мяч в руках, по периметру площадки. По звуковому сигналу дети подбрасывают мяч на уровне головы, ловят его, продолжая движение.</p> <p>3. Ходьба змейкой вокруг расставленных по пути предметов (конусов).</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 2.</p> <p>2. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега:</p>	<p>Дистанция – 1 круг</p> <p>Дистанция – 1 круг</p>	<p>Волейбольные мячи на каждого ребенка, конусы, гимнастические скамейки – 2 шт., ворота футбольные малые – 2 шт.</p>

			<p>Дети делятся на 2 подгруппы, одна из которых выполняет удар и остановку мяча от скамейки, другая – от стенки. Затем подгруппы меняются местами:</p> <p>1 подгруппа – встав в 2–3 м напротив перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега в эту цель. Отраженный мяч останавливается этим же способом.</p> <p>2 подгруппа – встав в 2–3 м напротив стенки, дети наносят удар по мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега в стенку. Отраженный мяч останавливается этим же способом.</p> <p>- подгруппы одновременно упражняются в нанесении удара по мячу внутренней стороной стопы с одного шага разбега в ворота (каждая подгруппа – в свои ворота).</p> <p>2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы:</p> <p>– в парах: партнеры, встав в 3–4 м друг против друга, попеременно ударом внутренней стороной стопы посылают мяч товарищу, который останавливает катящийся мяч этим же способом;</p> <p>– Дети встают по кругу диаметром 8–10 м. Педагог занимает с мячом место в центре круга. Он поочередно передает мяч низом детям. Дети, остановив мяч внутренней стороной стопы, ударом тем же приемом возвращают его в центр круга и т.д.</p> <p>3. Подвижная игра «Охотники и утки».</p>	<p>Опорная нога ставится рядом с мячом на специально обозначенную отметку.</p> <p>Обратить внимание на точность удара по мячу (попадание его в ворота)</p> <p>Обратить внимание на амортизирующее движение стопы при касании мяча.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
--	--	--	--	---	--

			<p>III. Заключительная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по периметру площадки, выполняя по звуковому сигналу педагога хлопок ладонями рук над головой.</li> <li>2. Упражнение на дыхание: руки через стороны–вверх – вдох через нос; опустить руки вниз перед собой – выдох через рот.</li> <li>3. Подведение итогов занятия</li> </ol>	Дистанция – 1 круг.	
февраль	33-34	<p>1. Познакомить детей с подготовительными упражнениями по технике ведения мяча.</p> <p>2. Развивать умение выполнять удар по неподвижному и катящемуся мячу в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом.</p> <p>3. Воспитывать смелость, решительность.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Ходьба по кругу, взявшись за руки. По сигналу изменить направление движения.</li> <li>3. Бег враспынную с остановкой по сигналу.</li> </ol>	<p>3-4 раза в каждую сторону.</p> <p>Дыхание произвольное</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, дуги – 5 шт.</p>
			<p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3.</li> <li>2. Подготовительные упражнения с мячом по технике ведения: <ul style="list-style-type: none"> <li>– перекачивание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую,</li> <li>– наступив на мяч подошвой, прокатывание его вперед и назад, не отнимая подошвы от мяча,</li> <li>– подбросив мяч перед собой, дети легким ударом серединой подъема подбивают его вверх, стараясь поймать двумя руками.</li> </ul> </li> <li>2. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом: <ul style="list-style-type: none"> <li>– встав в 2 м от перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети</li> </ul> </li> </ol>	<p>Обратить внимание на мягкость движений.</p> <p>Вес тела переносится на согнутую в коленном суставе опорную ногу.</p> <p>Носок опорной ноги должен совпадать с направлением движения</p>	

		<p>выполняют удар низом в образовавшуюся низкую стенку, останавливая катящийся навстречу мяч внутренней стороной стопы.</p> <p>- в парах: дети встают друг от друга на расстоянии 3 м, посередине между ними – дуги. Ребенок выполняет удар по мячу внутренней стороной стопы так, чтобы мяч прокатился партнеру через ворота (дугу). Партнер останавливает катящийся навстречу мяч внутренней стороной стопы и таким же образом посылает мяч обратно.</p> <p>3. Подвижная игра «Охотники и утки».</p>	<p>мяча.</p> <p>Обратить внимание на точность удара (прокатывание мяча через дугу).</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба с заданиями: на пятках, держа руки на затылке; на носках, руки вверх. Чередовать с обычной ходьбой.</p> <p>2. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция – 1 круг. Соблюдать правильную осанку.</p>	
35-36	<p>1. Продолжать учить выполнять подготовительные упражнения по технике ведения мяча.</p> <p>2. Продолжать развивать умение выполнять удар по неподвижному и катящемуся мячу в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом.</p> <p>3. Воспитывать смелость, решительность.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба по периметру площадки «змейкой», обходя расставленные предметы (конусы). Чередование с бегом. По сигналу изменить направление движения.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3.</p> <p>2. Подготовительные упражнения с мячом по технике ведения:</p> <p>– перекачивание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую,</p> <p>– наступив на мяч подошвой, прокатывание его вперед и назад, не</p>	<p>Дистанция – 2 круга.</p> <p>Дыхание произвольное</p> <p>Обратить внимание на мягкость движений.</p> <p>Вес тела переносится на согнутую в коленном суставе опорную ногу.</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, конусы</p>

		<p>отнимая подошвы от мяча,  – подбросив мяч перед собой, дети легким ударом серединой подъема подбивают его вверх, стараясь поймать двумя руками,  – ударом внутренней стороной стопы послать мяч вперед на 3–4 м. Догнав мяч, остановить его подошвой, прокатывая вперед и назад.</p> <p>2. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом:  – в парах: встав в 3–4 м друг против друга, партнеры попеременно выполняют передачи мяча, предварительно его останавливая,  – встав в 2 м от перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети выполняют удар низом в образовавшуюся низкую стенку, останавливая катящийся навстречу мяч внутренней стороной стопы.</p> <p>3. Подвижная игра «Охотники и утки»</p>	<p>Голеностопный сустав расслаблен.</p> <p>Носок опорной ноги должен совпадать с направлением движения мяча.</p> <p>То же.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:  1. Ходьба на носках с разными заданиями для рук: в стороны, вверх, на пояс, за голову. Чередовать с обычной ходьбой.  2. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция – 1 круг. Соблюдать правильную осанку.</p>	
37-38	<p>1. Закреплять умение выполнять подготовительные упражнения по технике ведения мяча.  2. Упражнять в</p>	<p>I. Вводная часть:  1. Построение в одну шеренгу.  2. Ходьба по периметру площадки с перешагиванием через расставленные предметы (кубики). Чередование с бегом в рассыпную с нахождением своего места в</p>	<p>Дистанция – 2 круга.  Дыхание произвольное</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, кубики, дуги – 5 шт.</p>

		<p>выполнении удара по неподвижному и катящемуся мячу в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом.</p> <p>3. Воспитывать активность.</p> <p><b>Промежуточная аттестация</b></p>	<p>колонне.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3.</p> <p>2. Подготовительные упражнения с мячом по технике ведения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– перекатывание мяча внутренней стороной стопы с одной ноги на другую,</li> <li>– наступив на мяч подошвой, прокатывание его вперед и назад, не отнимая подошвы от мяча,</li> <li>– подбросив мяч перед собой, дети легким ударом серединой подъема подбивают его вверх, стараясь поймать двумя руками,</li> <li>– ударом внутренней стороной стопы послать мяч вперед на 3–4 м. Догнав мяч, остановить его подошвой, прокатывая вперед и назад.</li> </ul> <p>2. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– в парах: встав в 3–4 м друг против друга, партнеры попеременно выполняют передачи мяча через стоящие между ними дуги, предварительно его останавливая.</li> </ul> <p>Упражнения в подгруппах (смена подгрупп через 2-3 мин.):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– 1 подгруппа: встав в 2 м от перевернутой на бок гимнастической скамейки, дети выполняют удар низом в образовавшуюся низкую стенку, останавливая катящийся навстречу мяч внутренней стороной стопы,</li> </ul>	<p>Обратить внимание на мягкость движений.</p> <p>Вес тела переносится на согнутую в коленном суставе опорную ногу.</p> <p>Голеностопный сустав расслаблен.</p> <p>Носок опорной ноги должен совпадать с направлением движения мяча.</p> <p>То же.</p>	
--	--	---	--	--	--

		<p>- 2 подгруппа: встав в 2 м от стенки, дети выполняют удар низом в стенку, останавливая катящийся навстречу мяч внутренней стороной стопы.</p> <p>3. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>		
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. «Считай до трёх». Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три».</p> <p>2. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Повтор: 2-3 раза.</p> <p>Дистанция – 1 круг.</p> <p>Соблюдать правильную осанку.</p>	
<b>Модуль 3</b>				
39-40	<p>1. Познакомить с техникой ведения мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>2. Упражнять в передаче мяча внутренней стороной стопы в одно касание.</p> <p>3. Воспитывать волевые качества.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба по периметру площадки в колонне по одному со сменой направления.</p> <p>3. Бег по периметру площадки в среднем темпе в сочетании с рывками по ходу движения на 6–8 м, Заканчивается упражнение ходьбой.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 3.</p> <p>2. Ведение мяча внутренней стороной стопы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрация педагогом данного приема;</li> <li>– дети осуществляют ведение мяча шагом в медленном темпе (дистанция – длина зала), далее – в обратном направлении,</li> <li>- в парах: дети встают друг против друга. Первый ведет мяч к своему партнеру. Оставив у его ног мяч, дети меняются местами. Обратно к исходной позиции мяч</li> </ul>	<p>Дистанция – 1 круг.</p> <p>Дистанция – 1 круг.</p> <p>Цель – создание общего представления о приеме.</p> <p>Построение – шеренгой. При каждом шаге дети касаются мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>Дистанция между партнерами 6-8 м</p>	<p>Волейбольные мячи, мешочки с песком по количеству детей.</p>



			<p>ведет второй ребенок и т.д.</p> <p>3. Передача мяча внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– в парах: встав друг перед другом на расстоянии 3 м, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы низом посылают мяч друг другу в одно касание;</li> <li>– то же, но расстояние между партнерами увеличивается.</li> </ul> <p>4. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	<p>Обратить внимание на сильный разворот стопы бьющей ноги.</p> <p>То же. Дистанция между партнерами 4–6 м. Повтор: 2-3 раза.</p>	
			<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба по коридору шириной 1 м и длиной 12 м с мешочком с песком на голове, держа руки на поясе.</p> <p>2. Упражнение на дыхание: руки через стороны–вверх – вдох через нос; опустить руки вниз перед собой – выдох через рот.</p> <p>3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Соблюдать правильную осанку.</p>	
март	41-42	<p>1. Продолжать знакомить с техникой ведения мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>2. Упражнять в передаче мяча внутренней стороной стопы в одно касание в разных условиях.</p> <p>3. Воспитывать настойчивость в овладении техническими приемами.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Чередование ходьбы в колонне по одному с бегом, по сигналу - смена направления.</p>	<p>Дистанция – 2 круга.</p>	<p>Волейбольные мячи, мячи маленького размера по количеству детей, конусы, шнуры или гимнастические палки.</p>
			<p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 4.</p> <p>2. Ведение мяча внутренней стороной стопы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– дети осуществляют ведение мяча шагом в медленном темпе до конуса (дистанция – длина площадки), поворот и ведение мяча обратно,</li> <li>– то же, но темп движения увеличивается,</li> <li>– в парах: дети встают друг против друга.</li> </ul>	<p>При каждом шаге дети касаются мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>Дистанция между партнерами 8-10</p>	

		<p>Первый ведет мяч к своему партнеру. Оставив у его ног свой мяч, он подхватывает мяч партнера и ведет его на исходную позицию. Теперь так же действует второй партнер и т.д.</p> <p>3. Передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– в парах: встав друг перед другом на расстоянии 3 м, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы низом посылают мяч друг другу в одно касание;</li> <li>– то же, но расстояние между партнерами увеличивается;</li> <li>– то же, но мяч посылается по коридору (обозначенного шнурами или гимнастическими палками) шириной 2 м.</li> </ul> <p>4. Подвижная игра «Ловкие бегуны».</p>	<p>м.</p> <p>Обратить внимание на сильный разворот стопы бьющей ноги.</p> <p>То же. Дистанция между партнерами 4–6 м.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба в колонне по одному с перешагиванием через шнуры (гимнастические палки) с переходом на легкий бег.</p> <p>2. Упражнение на дыхание: руки через стороны–вверх – вдох через нос; опустить руки вниз перед собой – выдох через рот.</p> <p>3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Соблюдать правильную осанку. Дыхание свободное.</p>	
43-44	<p>1. Упражнять в технике ведения мяча внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать ловкость, координацию движений.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба и бег по периметру площадки, по сигналу педагога – ходьба с высоким подниманием коленей, бег на носках.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 4.</p>	<p>Дыхание свободное. Обратить внимание на осанку.</p>	<p>Волейбольные мячи и мячи маленького размера по количеству детей, конусы, шнуры или гимнастические</p>

	3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.	<p>2. Ведение мяча внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча подошвой:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– повторение упражнений из занятий № 41-42,</li> <li>– ведение мяча по площадке, стараясь не касаться мячом расставленных предметов (конусы),</li> <li>– ведение мяча по кругу диаметром 5 м.</li> </ul> <p>3. Передача мяча внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– в парах: встав друг перед другом на расстоянии 3 м, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы низом посылают мяч друг другу в одно касание;</li> <li>– то же, но расстояние между партнерами увеличивается;</li> <li>– то же, но мяч посылается по коридору (обозначенного шнурами или гимнастическими палками) шириной 2 м.</li> </ul> <p>4. Подвижная игра «Лиса и куры».</p>	<p>По звуковому сигналу дети накрывают мяч подошвой.</p> <p>Выполняется ведущей ногой.</p> <p>Обратить внимание на сильный разворот стопы бьющей ноги.</p> <p>То же. Дистанция между партнерами 4–6 м.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	палки.
45-46	1. Продолжать упражнять в технике ведения мяча внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом.	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в одну шеренгу.</li> <li>2. Ходьба обычная, по сигналу - ходьба в полуприседе, на носках. Чередование с бегом.</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс общеразвивающих</li> </ol>	<p>Дыхание свободное. Обратить внимание на осанку, соблюдение дистанции между детьми.</p>	Волейбольные мячи и мячи маленького размера по количеству детей, конусы, шнуры или

		<p>2. Развивать зрительно – моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать интерес к игровым действиям с мячом.</p>	<p>упражнений № 4.</p> <p>2. Ведение мяча внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча подошвой:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– повторение упражнений из занятий № 41-42,</li> <li>– ведение мяча по площадке, стараясь не касаться мячом расставленных предметов (конусы),</li> <li>– ведение мяча по широкому кругу,</li> <li>– в парах: встав в 6–8 м друг против друга, партнеры по сигналу ведут мяч навстречу друг другу. Сблизившись с товарищем, они останавливают мяч подошвой, оставляя его партнеру. Подхватив мяч партнера, каждый ведет его назад, на исходную позицию и т.д.</li> </ul> <p>3. Передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– в парах: встав друг перед другом на расстоянии 6 м, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы низом посылают мяч друг другу в одно касание,</li> <li>– то же, но мяч посылается по коридору (обозначенного шнурами или гимнастическими палками) шириной 1,5 м.</li> </ul> <p>4. Подвижная игра «Лиса и куры».</p> <p>1. Ходьба по периметру площадки с выполнением задания на внимание: по сигналу педагога выполняют задания (присели, хлопок руками над головой, прыжок и пр.).</p> <p>2. Подведение итогов занятия.</p>	<p>По звуковому сигналу дети накрывают мяч подошвой.</p> <p>По ходу часовой стрелки – левой ногой; против хода часовой стрелки – правой ногой.</p> <p>Обратить внимание на сильный разворот стопы бьющей ноги.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p> <p>Дистанция – 1 круг.</p>	<p>гимнастические палки.</p>
--	--	--	--	--	------------------------------

	47-48	<p>1. Продолжать упражнять в технике ведения мяча внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча этим же способом.</p> <p>2. Развивать зрительно – моторную координацию.</p> <p>3. Воспитывать интерес к игровым действиям с мячом.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Ходьба обычная, по сигналу - ходьба в полуприседе, на носках. Чередование с бегом.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 4.</p> <p>2. Ведение мяча внутренней стороной стопы в сочетании с остановкой катящегося мяча подошвой:</p> <p>– повторение упражнений из занятий № 41-42,</p> <p>– ведение мяча в квадрате 8×8 м, стараясь не касаться мячом расставленных предметов (конусы),</p> <p>– ведение мяча по кругу диаметром 5 м,</p> <p>– в парах: встав в 10–12 м друг против друга, партнеры по сигналу ведут мяч навстречу друг другу. Сблизившись с товарищем, они останавливают мяч подошвой, оставляя его партнеру. Подхватив мяч партнера, каждый ведет его назад, на исходную позицию и т.д.</p> <p>3. Передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <p>– в парах: встав друг перед другом на расстоянии 6-8 м, партнеры поочередно ударом внутренней стороной стопы низом посылают мяч друг другу в одно касание;</p> <p>– то же, но мяч посылается по коридору (обозначенного шнурами или гимнастическими палками) шириной 1,5 м.</p> <p>4. Подвижная игра «Лиса и куры».</p>	<p>Дыхание свободное. Обратить внимание на осанку, соблюдение дистанции между детьми.</p> <p>По звуковому сигналу дети накрывают мяч подошвой.</p> <p>По ходу часовой стрелки – левой ногой; против хода часовой стрелки – правой ногой.</p> <p>Обратить внимание на сильный разворот стопы бьющей ноги.</p> <p>Повтор: 2-3 раза.</p>	<p>Волейбольные мячи и мячи маленького размера по количеству детей, конусы, шнуры или гимнастические палки.</p>
--	-------	---	---	---	---

			<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. «Считай до трёх и до пяти». Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три», хлопком руками на счет «пять».</p> <p>2. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Дистанция – 1 круг.</p> <p>Соблюдать правильную осанку.</p>	
Апрель	49-50	<p>1. Упражнять в технике передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание.</p> <p>2. Развивать ловкость, силу.</p> <p>3. Воспитывать волевые качества.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в колонну по одному.</p> <p>2. Ходьба в колонне по одному: по сигналу дети разводят руки в стороны, ставят на пояс, выполняют хлопки в ладоши над головой.</p> <p>3. Бег на носках в чередовании с обычным бегом.</p>	<p>Дистанция – 1 круг.</p> <p>Дистанция – 1 круг.</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, большие кубы (мягкие модули).</p>
			<p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</p> <p>2. Передачи внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <p>– в парах: партнеры встают друг перед другом и поочередно ударом внутренней стороной стопы направляют мяч товарищу в одно касание.</p> <p>3. Ведение мяча различными способами с обводкой произвольно расположенных по площадке больших кубов (мягких модулей).</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием двумя руками.</p>	<p>Расстояние между партнерами 4-5 м.</p> <p>Хват рук с боков скамейки, повторить 2–3 раза.</p>	
			<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба в колонне по одному. Когда педагог произносит: «Гуси!», – дети приседают и кладут руки на колени, тут же поднимаются и продолжают ходьбу.</p>	<p>Дистанция – 1 круг. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p>	

		<p>Когда же следует сигнал: «Голуби!», – дети переходят на бег, помахивая руками, словно крылышками.</p> <p>2. Упражнение на дыхание.</p> <p>3. Подведение итогов занятия</p>		
51-52	<p>1. Продолжать упражнять в технике передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание.</p> <p>2. Развивать координацию движений, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать интерес к упражнениям с мячом.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Чередование ходьбы в колонне по одному с бегом, по сигналу - смена направления и смена ведущего.</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</p> <p>2. Передачи внутренней стороной стопы в одно касание:</p> <p>– в парах: партнеры встают друг перед другом и поочередно ударом внутренней стороной стопы направляют мяч товарищу в одно касание. Посередине, между партнерами, из конусов обозначаются ворота шириной 2 м.</p> <p>3. Ведение мяча змейкой по «трассе» из 8 – 10 конусов, обводя конусы.</p> <p>4. Работа в парах: передача мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы.</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба в колонне по одному с перепрыгиванием влево-вправо лежащего на полу шнура (гимнастических палок). Чередование с легким бегом.</p> <p>2. Упражнение на дыхание.</p> <p>3. Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция – 2 круга.</p> <p>Расстояние между партнерами 5–6 м. Мяч должен проходить через ворота.</p> <p>Конусы расположены на расстоянии 1,5 м друг от друга. Расстояние между партнерами 3–4 м.</p> <p>Дистанция – 1 круг (1/2 круга – ходьба с перепрыгиванием, 1/2 - легкий бег)</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, конусы, шнуры (гимнастические палки).</p>

53-54	<p>1. Продолжать упражнять в технике передачи мяча внутренней стороной стопы в одно касание.</p> <p>2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в колонну по одному.</p> <p>2. Ходьба в колонне по одному: по сигналу дети разводят руки в стороны, ставят на пояс, выполняют хлопки в ладоши над головой.</p> <p>3. Бег на носках в чередовании с обычным бегом.</p>	<p>Дистанция – 1 круг.</p> <p>Дистанция – 1 круг.</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, конусы, кубы большие (мягкие модули), ворота футбольные малые – 2 шт.</p>
		<p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</p> <p>2. Передачи внутренней стороной стопы в одно касание: – в парах: партнеры встают друг перед другом и поочередно ударом внутренней стороной стопы направляют мяч товарищу в одно касание. Посередине, между партнерами, из конусов обозначаются ворота шириной 1,5 м.</p> <p>3. Ведение мяча различными способами с обводкой произвольно расположенных больших кубов.</p> <p>4. Удары по мячу разными способами с забиванием в ворота.</p>	<p>Расстояние между партнерами 5-6 м.</p> <p>Мяч должен проходить через ворота.</p> <p>Упражнение выполняется в квадрате 10×15 м.</p> <p>Упражнение выполняется одновременно 2-мя подгруппами.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба в колонне по одному. Когда педагог произносит: «Гуси!», – дети приседают и кладут руки на колени, тут же поднимаются и продолжают ходьбу. Когда же следует сигнал: «Голуби!», – дети переходят на бег, помахивая руками, словно крылышками.</p> <p>2. Упражнение на дыхание.</p> <p>3. Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция – 1 круг. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p>	



55-56	<p>1. Закреплять умение передавать мяч внутренней стороной стопы в одно касание.</p> <p>2. Развивать зрительно – моторную координацию, ловкость.</p> <p>3. Воспитывать осознанное отношение к выполняемым действиям.</p>	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. Чередование ходьбы в колонне по одному с бегом, по сигналу - смена направления и смена ведущего.</p>	<p>Дистанция – 2 круга.</p>	<p>Волейбольные мячи по количеству детей, конусы, шнуры</p>
		<p>II. Основная часть:</p> <p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений № 5.</p> <p>2. Передачи внутренней стороной стопы в одно касание: – в парах: партнеры встают друг перед другом и поочередно ударом внутренней стороной стопы направляют мяч товарищу в одно касание. Посередине, между партнерами, из конусов обозначаются ворота шириной 1,5 м.</p> <p>3. Ведение мяча: - по коридору шириной 1 м, - змейкой по трассе из конусов.</p> <p>4. Работа в парах: передача мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы, снизу.</p>	<p>Расстояние между партнерами 5–6 м.</p> <p>Мяч должен проходить через ворота.</p> <p>Расстояние между детьми 4-5 м.</p>	
		<p>III. Заключительная часть:</p> <p>1. Ходьба в колонне по одному. Когда педагог произносит: «Гуси!», – дети приседают и кладут руки на колени, тут же поднимаются и продолжают ходьбу. Когда же следует сигнал: «Голуби!», – дети переходят на бег, помахивая руками, словно крылышками.</p> <p>2. Упражнение на дыхание.</p> <p>3. Подведение итогов занятия</p>	<p>Дистанция – 1 круг. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p>	



## Комплексы общеразвивающих упражнений

### Комплекс ОРУ № 1:

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

### Комплекс ОРУ № 2:

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

### Комплекс ОРУ № 3 с волейбольными мячами:

1. «Выше мяч»: И.П. – основная стойка, ноги врозь, руки с мячом внизу, 1-2 – поднять мяч вверх, встать на носочки, 3-4 – И.П. (Повтор: 5-6 раз)
2. «Покажи мяч»: И.П. – стоя на коленях, мяч в руках внизу, 1-2 – повернуться вправо, руки с мячом вытянуть вперед, 3-4 – И.П., 5-6 – повернуться влево, руки с мячом вытянуть вперед, 7-8 – И.П. (Повтор: 5-6 раз)
3. «Мяч вверх»: И.П. – стоя на коленях, мяч в руках внизу, 1-2 – сесть на пятки, мяч в вытянутых руках поднять вверх, 3-4 – И.П. (Повтор: 5-6 раз)
4. «Дорожка»: И.П. – сидя на полу, ноги вместе, мяч в руках, 1-2 – наклон вперед, прокатить мяч к носкам, 3-4 – И.П. (Повтор: 5-6 раз)

5. «Подъемник»: И.П. – лежа на спине, ноги вытянуты, руки вдоль туловища, мяч на полу за головой. 1-2 – поднять ноги, носки тянуть к мячу, 3-4 – И.П. (Повтор: 5-6 раз)
6. «Рыбка с мячом»: И.П. – лежа на животе, мяч в прямых руках перед собой. 1-2 – прогнуться, поднять мяч вверх, 3-4 – И.П. (Повтор: 5-6 раз)
7. «Прыжки»: ноги вместе – врозь, мяч вверх - вниз. (Повтор: 10 раз)

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

1. «Покатай мяч» И.П. - основная стойка, ноги вместе, мяч в руках. 1-5 - прокатывание мяча в ладонях; 6 -И.П. (Повтор: 5-6 раз)
2. «Покажи мяч» И.П. – основная стойка, ноги врозь, мяч у груди. 1- поворот вправо, руки с мячом вперед; 2 – И.П. 3- поворот влево, руки с мячом вперед, 4 – И.П. (Повтор: 5-6 раз)
3. «Положи-подними» И.П. – основная стойка, ноги на ширине плеч, мяч в правой руке, левая рука на поясе. 1-наклон вперед, положить мяч у ног; 2- выпрямиться, руки на пояс. 3- наклониться вперед, поднять мяч левой рукой, 4 – И.П. (Повтор: 5-6 раз, менять руки).
4. «Прокати мяч» И.п. сидя на полу, ноги скрестно, мяч в руках. Прокатывание мяча вокруг себя в одну и другую сторону. (Повтор: по 3 раза в каждую сторону)
5. «Покатай мяч ногами» И.п. сидя на полу, ноги согнуты, мяч под стопами, упор руками сзади. Прокатывание мяча стопами вперед-назад. (Повтор: по 3 раза каждой стопой)
6. «Кенгурята» И.п. стоя, мяч между ног. Прыжки на 2-х ногах. (10 раз)

#### **Комплекс ОРУ № 5:**

1. «Ножницы»: И.П. - основная стойка, ноги на ширине плеч, прямые руки перед собой. Перекрестные движения рук перед собой. (8-10 раз)
2. «Наклоны в стороны»: И.П.: основная стойка, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. 1 - наклон вправо, правая рука скользит по ноге до колена, 2 – И.П., 3 - наклон влево, левая рука скользит по ноге до колена, 4 – И.П. (Повтор: 5-6 раз)
3. «Выпады»: И.П. – основная стойка, ноги вместе, руки на поясе. 1 - шаг вперёд правой (левой) ногой, согнуть ногу в колене, перенести на неё тяжесть тела, 2 – И.П. (Повтор: 3-4 раза каждой ногой)
4. «Приседания»: И.П. – основная стойка, ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1-2 – приседание, руки вперед, 3-4 – И.П. (Повтор: 4-5 раз)
5. «Носочек прыгает»: И.П. - сидя на полу, ноги вытянуты вперед, упор рук сзади. 1-2 - согнуть одну ногу, острым носочком касаться пола с одной стороны другой ноги, с другой. 3-4 – И.П. То же другой ногой. (Повтор: 3-4 раза каждой ногой)
6. «Едем на поезде»: И.П. - сидя на полу, ноги вытянуты вперед, руки согнуты в локтях. Двигаться вперёд (назад), делать руками вращательные движения. (Повтор: 5-6 раз)
7. Прыжки поочередно на правой (левой) ноге. Чередовать с ходьбой.

#### **Комплекс ОРУ № 6 с мячом:**

1. «Вот какой мяч»: И.П. – основная стойка, ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу. 1- Поднять мяч вперед, 2- вверх; 3 – вперед, 4 – И.П. (Повтор: 5 - 6 раз)
2. «Покатай мяч»: И.П. – основная стойка, ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди. 1-2 - наклониться, прокатить мяч от правой ноги к левой, 3-4 – подняться, вернуться в И.П. (Повтор: 5 - 6 раз)
3. «Далеко»: И.П. - сидя, ноги врозь, мяч в обеих руках перед собой. 1-2 - наклониться, коснуться мячом пола как можно дальше, 3-4 - выпрямиться, вернуться в И.П. (Повтор: 5 - 6 раз)
4. «Нарисуем круг»: И.П. - стойка на коленях, сидя на пятках, мяч в обеих руках перед собой. 1-4 - прокатить мяч вокруг себя в правую (левую) сторону, перебирая его руками. (Повтор: по 3 раза в каждую сторону).
5. «Мяч с горы»: И.П. - сидя, ноги вместе, мяч лежит на стопах ног, руки в упоре сзади. 1-2 - поднять прямые ноги, перекатить мяч на живот и поймать его, 3-4 - вернуться в И.П. (Повтор: 5 - 6 раз)

б. «Прыжки с поворотом»: И.П. – основная стойка, ноги слегка расставлены, мяч в руках у груди. 1-2 - прыжок на двух ногах с поворотом кругом вправо, 3-4 – пауза, И.П., 5-6 – прыжок с поворотом влево, 7-8 – И.П. (Повтор: 3 - 4 раза в каждую сторону)

### Подвижные игры с мячом

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

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

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

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

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

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

**«Живая цепь».** Дети встают в колонну, во главе которой находится педагог. Он водит колонну по площадке, меняя направление движения и изображая повадки животных и птиц. Например, «идем,

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

## **Технические приемы игры в футбол**

### **Удары по мячу ногами**

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

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

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

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

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

### **Остановка мяча**

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

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

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

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

### **Ведение мяча**

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

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

Ведение мяча выполняется серией легких ударов-толчков той или иной частью стопы (внутренней частью подъема или внутренней стороной стопы) в нижнюю часть мяча. Ведение мяча может

осуществляться как правой, так и левой ногой. Голова должны быть приподнята, чтобы «видеть поле».

**Техника ведения мяча подошвой.**

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

**8. Оценочные и методические материалы.**

Промежуточная аттестация освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы «Юный футболист» для детей 5-6-го года жизни проводится 3 раза в год по итогам завершения каждого модуля.

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

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

**Обработка результатов промежуточной аттестации:**

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

**Ч** - Программа частично освоена.

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

**Муниципальное бюджетное  
дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 178»  
(МБДОУ «Детский сад № 178»)**

**ПРОТОКОЛ № 1**

промежуточной аттестации по завершению Модуля 1  
дополнительной общеобразовательной программы «Юный футболист» (для детей 5-6-го  
года жизни)

Форма проведения: наблюдение

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную программу:

(ФИО)

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

Дата проведения промежуточной аттестации: «\_\_\_» декабря \_\_\_\_\_ года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную программу:

(ФИО)



**Муниципальное бюджетное  
дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 178»  
(МБДОУ «Детский сад № 178»)**

**ПРОТОКОЛ № 2**

промежуточной аттестации по завершению Модуля 2  
дополнительной общеобразовательной программы «Юный футболист» (для детей 5-6-го  
года жизни)

Форма проведения: наблюдение

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную программу:

\_\_\_\_\_

(ФИО)

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		удар по неподвижно лежащему мячу с одного шага разбега	удар по катящемуся мячу внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « \_\_\_\_ » февраля \_\_\_\_\_ года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную программу:

\_\_\_\_\_

(ФИО)

**Муниципальное бюджетное  
дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 178»  
(МБДОУ «Детский сад № 178»)**

**ПРОТОКОЛ № 3**

промежуточной аттестации по завершению Модуля 3  
дополнительной общеобразовательной программы «Юный футболист» (для детей 5-6-го  
года жизни)

Форма проведения: наблюдение

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную программу:

\_\_\_\_\_  
(ФИО)

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Владет техническими приемами игры в футбол		Результат промежуточной аттестации
		передача мяча внутренней стороной стопы в одно касание	ведение мяча внутренней стороной стопы	

Дата проведения промежуточной аттестации: « \_\_\_\_ » апреля \_\_\_\_\_ года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную программу:

\_\_\_\_\_  
(ФИО)

### Методическое обеспечение

1. Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н. «Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях» - М.: Советский спорт, 2014.
2. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. «Игры с элементами спорта для детей 3 – 4 лет» - М.: «ГНОМ и Д», 2004.
3. Кантан В.В. «Раннее физическое развитие ребенка» С.-Пб.: КОРОНА принт, 2001.
4. Николаева Н.И. «Школа мяча», Москва, 2012.

