

Управление образования администрации г. Коврова  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 52

**Принято**  
Педагогическим Советом МБДОУ  
Протокол № 1 от 20.08.2025 г.

**Утверждаю**  
Заведующий Т. В. Зими́на  
Приказ № 01-П от 22.08.2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная**

**общеразвивающая программа**

**«Забиваки»**

направленность - физкультурно-спортивная

уровень программы - базовый

возраст обучающихся 5-7 лет

срок реализации программы 1 год

Автор - составитель:  
Карпихин Виктор Владимирович,  
педагог дополнительного образования

г. Ковров, 2025 г.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>№ п/п</b>	<b>НАИМЕНОВАНИЕ</b>	<b>НОМЕР СТРАНИЦЫ</b>
<b>1.</b>	<b>Комплекс основных характеристик программы</b>	<b>3</b>
<b>1.1.</b>	Пояснительная записка	3
	Направленность. Новизна. Актуальность.	3
	Отличительные особенности программы.	4
	Срок освоения программы	5
	Форма обучения	5
	Формы и режим занятий.	5
<b>1.2.</b>	Цели и задачи	10
<b>1.3.</b>	Содержание программы	11
<b>1.4.</b>	Планируемые результаты	11
<b>2.</b>	<b>Комплекс организационно-педагогических условий</b>	<b>12</b>
<b>2.1.</b>	Календарный учебный график	12
<b>2.2.</b>	Условия реализации программы	26
<b>2.3.</b>	Формы аттестации	27
<b>2.4.</b>	Оценочные материалы	28
<b>2.5.</b>	Методические материалы	31
<b>2.6.</b>	Список использованной литературы	49

## 1. Комплекс основных характеристик программы

### 1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*«Мяч есть нечто такое, что в единении с наклонностью ребёнка к деятельности, благодаря своей бесконечной подвижности и разнообразию своего применения постоянно и всевозможными способами побуждает ребёнка к игре... мяч имеет ещё особенную прелесть, такую полную жизненного значения привлекательность для первого детства, равно как и для следующего за ним юношеского возраста, что без всякого сравнения является первой и самой важной игрушкой...»*

Ф.Фребель

Программа «Забиваки» в дошкольном образовательном учреждении» имеет физкультурно-оздоровительную **направленность**, обусловленную проблемами здоровьесбережения детей, разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами.

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 26.05.2021 г. 144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
4. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г №678-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года"
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 .07.2022г № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
7. Письмо Министерства просвещения РФ от 1 июня 2023 г. N АБ-2324/05 "О внедрении Единой модели профессиональной ориентации"
8. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социальнопсихологической реабилитации,

профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;

9. Паспорт национального проекта «Молодежь и дети»;

10. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями от 02.02.2021 № 38)

11. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28.

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования во Владимирской области:

1. Указ губернатора Владимирской области от 02.06.2009г. № 10 «Об утверждении стратегии социально-экономического развития Владимирской области до 2030 года (с изменениями на 6 декабря 2024 года)

2. Постановление Администрации Владимирской области от 3 1.012019 № 48

«О государственной программе Владимирской области «Развитие образования»  
(с изменениями на 27 февраля 2025 года)

3. Распоряжение Администрации Владимирской области от 18 мая 2020 № 396-р «О создании Межведомственного совета по внедрению и реализации Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей во Владимирской области».

4. Распоряжение Администрации Владимирской области от 9.04.2020 г. № 270р «О введении системы ПФДО на территории Владимирской области»;

5. Распоряжение Департамента образования и молодежной политики Вл.обл. № 1020 от 3 1.10.2022г. «Об утверждении программы развития регионального и муниципальных центров детско-юношеского туризма Владимирской области до 2030».

6. Постановление Администрации Владимирской области от 09.06.2020 №365 ”06 . утверждении Концепции персонифицированного дополнительного образования детей на территории Владимирской области“

.

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования в городе Коврове:

1. Постановление администрации г. Коврова № 1865 от 14.08.2023 г. «Об утверждении положения о персонифицированном дополнительном образовании в г. Коврове».

**Новизна** данной программы состоит в организационном аспекте игры в мини футбол. Данная программа построена на современных образовательных технологиях, которые отражены в:

- принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, результативности);
- формах и методах обучения (активных методах обучения, дифференцированного обучения, занятиях, конкурсах, соревнованиях и т.д.);
- методах контроля и управления образовательным процессом (анализе результатов деятельности детей);
- средствах обучения (перечне необходимого оборудования, инструментов и материалов в расчёте на группу обучающихся).

**Актуальность** программы. Качественные преобразования моторной сферы детей в старшем дошкольном возрасте происходят на основе совершенствования чувств и движений, развития двигательных способностей. Детям данного возраста надо предоставить возможность проявить свои способности, умения разнообразно использовать свой двигательный опыт. При этом очень важно, чтобы ребёнок самостоятельно находил решения, проявлял инициативу, творчество, чувствовал себя свободным.

Как показало изучение практики физического воспитания в ДОУ, элементарных подвижных игр для решения этих задач явно недостаточно, в то время как высокий интерес к играм, содержащим сложно координированные двигательные действия, обусловлен биологически и связан с качественными изменениями развития организма ребёнка.

Назрела острая необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребёнка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Решение этой проблемы можно найти в игре в футбол. Игра в футбол динамична и эмоциональна, способствует развитию силы, скоростно-силовых качеств, координационных способностей, быстроты, требует проявления находчивости, способности к концентрации и переключению внимания, пространственной, временной, динамической точности движений и их биомеханической рациональности. Она эффективно влияет на развитие у детей дошкольного возраста как психических процессов (внимания, восприятия, памяти, рациональности мышления, воображения), так и физиологических (усиливают кровообращение, дыхание, обмен веществ).

С этой целью была разработана программа дополнительного образования. Работа по данной программе предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учётом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья. На занятиях создаются условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, даётся возможность раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого ребенка. Рационально распределяется двигательная нагрузка дошкольников: с учётом физиологической реакции детей, соответствие нагрузки их возрастным и индивидуальным возможностям, уровням подготовленности.

Игры и упражнения с мячом в программе «Забиваки» в дошкольном образовательном учреждении» благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребёнка. Совершенствуются навыки большинства основных движений, так как дети упражняются не только в приёме и передаче мяча, забивании его в ворота, но и в ходьбе, беге, прыжках. Наряду с физическим развитием детей решаются задачи нравственного, умственного и эстетического воспитания. Во время игры в футбол тренер активно формирует у них нравственно-волевые качества: целеустремленность, настойчивость, выдержку, смелость.

**Отличительная особенность** данной дополнительной программы от уже существующих программ в том, что она предназначена для обучения дошкольников игре в мини футбол, занятия проходят в малогабаритном спортивном зале детского сада. Эта проблема решается нами за счёт нестандартных подходов к организации занятий. В частности, многие упражнения по обучению тактике игры проводятся педагогом на половине площадки. Поэтому для приближения тренировочного процесса к игровым условиям, возможно использовать малогабаритный спортивный зал «в ширину», обозначая тем самым половину стандартной площадки для игры в мини футбол.

## **Принципы построения программы**

Важнейшими принципами содержания начального обучения игре в футбол детей дошкольного возраста являются:

- Принцип участия – привлечение сотрудников ДОУ, представителей социума к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.
- Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья детей, научно обоснованными методиками.
- Принцип результативности и гарантированности – реализация прав детей на получение гарантий положительного

результата от занятий физической культурой независимо от уровня физического развития.

– Принцип педагогической компетенции – аккумулирует принципы коммуникации, открытости, развития.

– Принцип комплексности – позволяет осуществлять работу с учётом взаимодействия всех факторов – здоровья, сложности задания, времени проведения совместной деятельности

– Принцип педагогической интеграции – позволяет одновременно использовать различные виды деятельности – двигательную, коммуникативную, познавательную, игровую – в целостном развитии личности ребёнка средствами физической культуры.

Программа дополнительного образования «Забиваки» рекомендуется к использованию в работе с детьми старшего дошкольного возраста (5 - 7 лет).

**Срок реализации программы – 1 год.**

Обучение навыкам владения мячом состоит из двух **этапов**:

1. Этап углубленного разучивания. Главная его задача – сделать действия детей направленными, осознанными. В этот период дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом.

2. Этап закрепления и совершенствования (основной). На этом этапе дети закрепляют полученные знания и навыки владения мячом, используя их в проведении спортивных игр и эстафет.

**Формы и режим занятий:**

Занятия проводятся 2 раза в неделю, общее количество часов в год составляет 72 часа, в неделю- 2 часа.

**Форма обучения:** очная.

**Форма организации занятий:** групповая.

**Продолжительность занятия:** 30 минут.

## 1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

**Цель:** содействие оздоровлению и физическому развитию ребёнка дошкольного возраста в процессе обучения игре в футбол.

### **Задачи:**

#### **-личностные:**

- формировать представление о здоровом образе жизни, о спорте, об игре в футбол

#### **-метапредметные:**

- способствовать воспитанию активности, сознательности, морально-волевых качеств, уверенности в своих силах, уважительного отношения к себе и окружающим;
- формировать интерес и желание вести здоровый образ жизни;
- содействовать в развитии физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, сила, гибкость)

#### **- предметные:**

- познакомить с основными правилами и принципами игры;
- накапливать и обогащать двигательный опыт детей (бег, бег с изменением направления и скорости, бег спиной вперед, бег приставными шагами, и т.д.);
- формировать первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в футбол (ведение, остановка, удар, передача)

## 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

## Учебный план

№	содержание	Кол-во часов			Формы аттестации/контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Новая встреча, техника безопасности, тестирование	2	6	8	Беседа, сдача нормативов
2	Полюби игру футбол	2	14	16	Беседа, наблюдение
3	Чтобы выиграть, нужно быть упорным	4	14	18	Беседа, наблюдение, игра
4	Самый сильный, быстрый, умный футболист	2	28	30	Наблюдение, беседа, игра
	ВСЕГО ЧАСОВ	10	62	72	

### 1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

#### личностные:

- укрепление здоровья детей;
- формирование интереса к здоровому образу жизни;
- гармонизация их физического развития;
- повышение уровня двигательной активности;

#### метапредметные:

- формирование двигательных умений и навыков;
- повышение уровня сформированности основных физических качеств;
- укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях;

**предметные:**

- умение чувствовать себя комфортно в большом коллективе;
- освоение основных правил и принципов игры в футбол.

**2. Комплекс организационно-педагогических условий****2.1. Календарный учебный график**

№ п/п	месяц	недели	Тема занятия	Общее количес тво часов	Форма занятия	Форма контроля
<b>Раздел 1 «Новая встреча»</b>						
1.	сентябрь	1	Новая встреча, вводное занятие, техника безопасности	2	Практическо е занятие	Беседа, наблюдени е
2.		2	Диагностические тесты, определение уровня физической подготовленности	2	Практическо е занятие	Диагности ка, сдача нормативо в
3.		3	Знакомство с техникой игры в футбол	2	Практическо е занятие	Показ, наблюдени е
4.		4	Знакомство с техникой игры в футбол (продолжение)	2	Практическо е занятие	Показ, наблюдени е
<b>Раздел 2 «Полюби игру футбол»</b>						
5.	октябрь	1	Игровые упражнения, подвижные игры	2	Практическо е занятие	Показ, наблюдени е
6.		2	Владение мячом, игровое упражнение	2	Практическо е занятие	Показ, наблюдени

			«Догонялки с хвостиком»			е
7.		3	Игровые упражнения с мячом, ведение «Змейкой», удары по воротам	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
8.		4	Игра в футбол	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
9.	ноябрь	1	Упражнения на знакомство с техникой владения мяча (удар, остановка, пас и др.)	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
10.		2	Упражнения на знакомство с техникой владения мяча (удар, остановка, пас и др.) продолжение	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
11.		3	Игра в футбол	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
12.		4	Беседы о знаменитых футболистах, системе организации футбола в России и за рубежом  Игра в футбол	1	Практическое занятие	Показ, наблюдение
<b>Раздел 3 «Чтобы выиграть у всех ребят, надо быть упорным»</b>						

5.	декабрь	1	Диагностика физической подготовленности	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
14		2	Игровые упражнения (техника владения мячом)	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
15		3	Игра в футбол	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
16		4	Игра в футбол (дружеские матчи)	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
17	январь	1	Работа с мячом в квадрате, подвижные игры	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
18		2	<i>Игровые упражнения:</i> «Догонялки с мячами», «Догони мяч».  <i>Подвижные игры:</i> «Чей обруч», «Брось, поймай».  Игра в футбол.	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
19		3	Разминка. Пас приём между конусами в парах. Пас приём треугольником.  <i>Игровые упражнения:</i> «Догонялки цепочкой», «Перенос трех мячей»	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение

20		4	Разминка. Ведение мяча и удар. Удар с места, с наката, с приёмом. Удар через пас (в стенку).	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
21	февраль	1	Разминка с мячами. Догонялки с хвостиками и мячами в руках. Обводка конусов и удар по воротам. Работа с мячом в кругу. Челноки. Игра в футбол.	3	Практическое занятие	Показ, наблюдение
22		2	Разминка. Работа с мячом в кругу (ведение только левой, затем только правой ногами; ведение по кругу сначала левой, затем правой ногами). Обводка змейкой сначала левой затем правой ногами. Игра в футбол.	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
23		3	Ведение мяча с изменением направления, игра в «стенку»  Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами на скорость.  <i>Игровое упражнение:</i>  «Кто больше	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение

			отобьет» - удар мяча о стену и обратно.			
24		4	Ведение мяча с изменением направления, скоростное ведение.	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
<b>Раздел 4 «Самый сильный, быстрый, умный футболист»</b>						
25	март	1	Разминка. Ведение мяча в квадрате обеими ногами. Удары по воротам обеими ногами. Челноки. Игра в футбол.	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
26		2	Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Ведение мяча правой, левой ногой и вокруг себя. Удар мяча в цель.  <i>Игровые упражнения:</i> «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч  — по три мяча, «Найди свой цвет», «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка), «Попади в ворота» - удар мяча в ворота разными способами,	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение

			с разных точек.  <i>Подвижные игры:</i> «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч, «Мяч с топотом». Игра в футбол.			
27		3	Полоса препятствий (оббегание змейкой, барьеры, прыжки через фишки). Ведение мяча от бровки. Эстафеты.  Игра в футбол.	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
28		4	Беседа: умей нападать, умей защищаться. Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3 на 3	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
29	апрель	1	<i>Подвижные игры:</i> «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч, «Мяч с топотом». Игра в футбол.	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
30		2	<i>Игровые упражнения:</i> «Вышло солнце из-за речки», «По кочкам» (прыжки), «Дойди – не урони» - ведение мяча в средней и высокой стойке до черты.  <i>Подвижная игра:</i> «Успей поймать!». <i>Малоподвижная игра:</i> «Ухо-лоб-нос».	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение

31		3	<p>Прыжки из стороны в сторону, подъем мяча, Передача мяча в тройках.</p> <p>Прыжки на двух вдоль каната, прыгивая, его справа и Перебрасывание друг другу через Передача мяча в ах. Прыжки на двух вдоль каната, прыгивая, его справа и Игра в футбол.</p>	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
32		4	<p><i>Игровое упражнение:</i> «Головой удерживая мяч».</p> <p><i>Подвижные игры:</i> «Охотники и звери», «Поймай мяч».</p> <p><i>Малоподвижная игра:</i> «У кого мяч».</p> <p>Игра в футбол.</p>	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
33	май	1	<p>Ознакомление с новыми движениями. ние мяча друг другу для его после отскока ла. Ведение мяча с новыми движениями. ача мяча в парах. ета «Тачка» - один роков, передвигаясь уках, толкает перед мяч, другой сивает его ноги.</p>	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
34		2	<p>Ведение с ударом.</p> <p>Ведение с ударом по ам. Эстафета «Тачка» дин из игроков, вигаясь на руках,</p>	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение

			ет перед собой мяч, и удерживает его <i>Подвижная игра:</i> назвали – тот и мяч».			
35		3	Ведение с дальнейшей передачей мяча партнёру.  Ведение и передача. Удар с отскоком. Удар с уходом вправо или влево.  Игра в футбол.	2	Практическое занятие	Показ, наблюдение
36		4	Диагностика	2	Практическое занятие	беседа, наблюдение, сдача нормативов
	Итого	36 занятий		72 часа		

### Содержание программного материала:

#### 1) Техника передвижения игрока:

- ходьба в сочетании с бегом
- бег с изменением направления
- бег с изменением скорости
- бег приставными шагами
- бег спиной вперед
- бег с высоким подниманием бедра
- бег челночный
- защитная стойка
- прыжки на одной и на двух ногах
- прыжки вперед, назад и в стороны

#### 2) Удар по мячу:

- внутренней стороной стопы по неподвижным и катящимся мячам

- удар серединой подъема по неподвижным и катящимся мячам
  - удары по неподвижному мячу: после прямолинейного бега; после зигзагообразного
  - прямолинейное ведение и удар
  - обводка стоек и удар
- 3) **Остановка мяча:**
- остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы
  - остановка катящегося мяча подошвой
  - остановка мяча катящегося под разным углом
  - остановка мяча летящего стопой, бедром
- 4) **Ведение мяча:**
- ведение внешней стороной подъема
  - ведение с разной скоростью и сменой направления
  - ведение с обводкой стоек
  - ведение с применением обманных движений
  - ведение с последующим ударом в цель
  - ведение после остановок разными способами
- 5) **Передача мяча:**
- передачи, выполняемые разными частями стопы
  - передачи короткие и средние
  - передача неподвижного мяча, передача катящегося мяча
- 6) **Тактическая подготовка:**
- «Открывание»
  - передачи
  - ведение и обводка
  - удары по воротам
  - обманные движения,
- 7) **Теоретическая подготовка:**
- футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире
  - учимся играть в футбол
  - умеете нападать, умеете защищать
  - простейшие правила игры
  - как избежать травматизма
  - как достичь положительного результата

## **РАЗДЕЛ 1 «НОВАЯ ВСТРЕЧА» (8 занятий)**

- Рассказать детям об игре в футбол
- Познакомить с техникой игры в футбол
- Определить уровень физической подготовленности детей

### **Тема 1-3 «Продолжаем знакомство с игрой «Футбол»**

Беседа на тему «Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире», Игровое упражнение догонялки с хвостиками. Ведение мяча по прямой (змейкой), удары по воротам.

Игра в футбол.

### **Тема 4-6 «Продолжаем учиться играть в футбол»**

Беседа: учимся играть в футбол. Знакомство с техникой владения мяча (ведение, удар, остановка, отбор).

Игра в футбол.

### **Тема 7-8 «Что мы умеем?»**

Диагностика физической подготовленности.

Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 X 2 м). Метание набивного мяча из-за головы (1 кг/см). Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока.

## **РАЗДЕЛ 2 «ПОЛЮБИЛ ИГРУ ФУТБОЛ» (12 занятий)**

### **Тема 9-12 «Школа мяча»**

Разминка. Работа с мячом в квадрате (ведение мяча, работа подошвой). Ведение мяча от бровки.

*Игровые упражнения:* «Догонялки с мячами», «Догони мяч».

*Подвижные игры:* «Чей обруч», «Брось, поймай».

Игра в футбол.

### **Тема 13-16 «Школа паса»**

Разминка. Пас приём между конусами в парах. Пас приём треугольником.

*Игровые упражнения:* «Догонялки цепочкой», «Перенос трех мячей».

*Подвижные игры:* «Мяч водящему», «Мяч и веревка».

Игра в футбол.

### **Тема 17-20 «Школа удара»**

Разминка. Ведение мяча и удар. Удар с места, с наката, с приёмом. Удар через пас (в стенку).

*Игровые упражнения:* «Пингвины с мячом», «Передал - садись».

*Подвижные игры:* «Ловишка в кругу», «Сделай фигуру».

Игра в футбол.

## **РАЗДЕЛ 3 «ЧТОБЫ ВЫИГРАТЬ ВСЕХ РЕБЯТ, НУЖНО БЫТЬ УПОРНЫМ»**

**(20 занятий)**

### **Тема 21-22 «Учимся новому»**

Разминка с мячами. Догонялки с хвостиками и мячами в руках. Обводка конусов и удар по воротам. Работа с мячом в кругу. Челноки. Игра в футбол.

### **Тема 23-24 «Работаем обеими ногами»**

Разминка. Работа с мячом в кругу (ведение только левой, затем только правой ногами; ведение по кругу сначала левой, затем правой ногами). Обводка змейкой сначала левой затем правой ногами. Игра в футбол.

### **Тема 25-28 «Не потеряй мяч»**

Ведение мяча с изменением направления, остановка мяча.

Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами. *Игровое упражнение:* «Точный удар» - игра в парах: удар по неподвижному мячу,

остановка мяча – игровая задача – не потерять мяч.

*Подвижная игра:* «Пустое место».

Игра в футбол.

### **Тема 29-32 «Стенка»**

Ведение мяча с изменением направления, игра в «стенку»

Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами на скорость.

*Игровое упражнение:* «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно.

*Подвижная игра:* «Блуждающий мяч». «У ребят порядок строгий».

*Малоподвижная игра:* «Запомни и замри».

### **Тема 33-34 «Скорость»**

Ведение мяча с изменением направления, скоростное ведение.

Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. «Вокруг Света» - удар мяча о стену и обратно. Ведение мяча в прямом направлении на скорость.

*Игровое упражнение:* «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно.

*Подвижная игра:* «Ловкий оленевод».

Игра в футбол.

### **Тема 35 «Туда-сюда»**

Ведение с изменением направления, передача мяча.

Удары по воротам. Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу.

*Игровое упражнение:* «Вокруг света» «Не выпускать мяч из круга».

*Подвижная игра:* «Меткий стрелок».

Игра в футбол.

### **Тема 36 «Ты мне – я тебе»**

Передача мяча, ведение.

Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами.

*Игровое упражнение:* «Футбол вдвоем», «Ловкие ребята».

*Подвижная игра:* «Шишки, желуди, орехи».

Игра в футбол.

### **Тема 37-38 «Я мячом легко владею»**

Техника владения мячом.

Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). Метание набивного мяча от груди двумя руками. Техника владения мячом (перекаты мяча в движении). Передача мяча друг другу, стоя на месте.

*Игровые упражнения:* «Серпантин», «Передал - садись» - броски и ловля мяча, «Светофор» (во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста), «Три мяча».

*Подвижные игры:* «Ловля оленей», «Волк и олени».

*Малоподвижная игра:* «Летает - не летает».

Игра в футбол.

### **Тема 39-40 «Работа сообща»**

Ведение мяча разными способами. Ведение мяча в колоннах. Передача мяча в колоннах с приёмом. Игра в футбол на маленькой площадке, на средней площадке.

## **РАЗДЕЛ 4 «САМЫЙ СИЛЬНЫЙ, БЫСТРЫЙ, УМНЫЙ ФУТБОЛИСТ»**

**(32 занятия)**

### **Задачи:**

- Закреплять технику передвижений и ведения мяча.
- Закреплять технику ударов по неподвижному мячу с места и с разбега в стену и по воротам.
- Закреплять технику передачи мяча.
- Определить уровень физической подготовленности детей.
- Воспитывать чувство коллективизма, уважение к товарищам по игре, честность

### **Тема 41-45 «Повторим»**

Разминка. Ведение мяча в квадрате обеими ногами. Удары по воротам обеими ногами. Челноки. Игра в футбол.

### **Тема 46-50 «Какой красивый гол»**

Ведение с последующим ударом по воротам.

Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Ведение мяча правой, левой ногой и вокруг себя. Удар мяча в цель.

*Игровые упражнения:* «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч

– по три мяча, «Найди свой цвет», «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка), «Попади в ворота» - удар мяча в ворота разными способами, с разных точек.

*Подвижные игры:* «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч, «Мяч с топотом». Игра в футбол.

## **Тема 51-52**

### **«Челнок»**

Челночный бег.

Челночный бег. Ведение мяча - челнок.

*Игровые упражнения:* «Вышло солнце из-за речки», «По кочкам» (прыжки), «Дойди – не урони» - ведение мяча в средней и высокой стойке до черты.

*Подвижная игра:* «Успей поймать!». *Малоподвижная игра:* «Ухо-лоб-нос».

## **Тема 53-55 «Самый сильный»**

Полоса препятствий (об бегание змейкой, барьеры, прыжки через фишки). Ведение мяча от бровки. Эстафеты.

Игра в футбол.

## **Тема 56-57 «Прыг-скок»**

Прыжки из стороны в сторону, подъем мяча, Передача мяча в тройках.

Прыжки на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева. Перебрасывание мяча друг другу через шнур. Передача мяча в тройках. Прыжки на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева.

*Игровое упражнение:* «Головой удерживая мяч».

*Подвижные игры:* «Охотники и звери», «Поймай мяч».

*Малоподвижная игра:* «У кого мяч».

Игра в футбол.

## **Тема 58-60 «Умей нападать – умей защищаться»**

Беседа: умей нападать, умей защищаться. Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3 на 3

## **Тема 61-62 «Чему мы научились?»**

### Диагностика

Ведение мяча змейкой – 10 м не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой);

Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м). Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока.

## **Тема 63-66 «Как волшебник»**

Ознакомление с обманными движениями. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. Ведение мяча с обманными движениями. Передача мяча в парах. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги.

*Подвижные игры:* «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом», «Отбивка оленей».

*Малоподвижная игра:* «Жучок на спине» – формирование правильной осанки.

Игра в футбол.

## **Тема 67-70 «Забью много голов»**

Ведение с ударом.

Ведение с ударом по воротам. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги.

*Подвижная игра:* «Кого называли – тот и ловит мяч».

Игра в футбол.

## **Тема 71-72 «Одна команда»**

Ведение с дальнейшей передачей мяча партнёру.

Ведение и передача. Удар с отскоком. Удар с уходом вправо или влево.

Игра в футбол.

## **2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **Материально-техническое и методическое обеспечение**

Спортивный зал МБДОУ соответствует Санитарным правилам СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28.

#### **Спортивный инвентарь:**

- мячи разного веса и диаметра (детские резиновые, футбольные Torres);
- фишки;
- конусы-ориентиры;
- обручи;
- набивные мячи;
- ворота для футбола;
- координационные лесенки;
- дуги, скакалки, веревки средней длины, стойки.

### **Кадровое обеспечение**

Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное образование или высшее образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы

## **2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ**

Требования к результатам освоения и условиям реализации Программы.

Педагогический контроль и оценка подготовленности мини-футболистов являются важнейшим элементом системы управления, определяющим эффективность процесса обучения и тренировки. Для получения объективной информации педагоги должны использовать следующие виды контроля:

- этапный;
- текущий;
- оперативный.

С помощью этапного контроля определяются изменения состояния занимающихся под влиянием относительно длительного периода занятий и определяется стратегия на последующий период занятий.

Текущий контроль даёт возможность оценить состояние занимающихся в течение дня.

Оперативный контроль позволяет оценить состояние занимающихся в процессе тренировочных занятий и осуществить оперативную коррекцию тренировочного воздействия.

В качестве контроля и оценки подготовленности юных мини-футболистов на практике принято использовать педагогические наблюдения и тестирование.

Метод наблюдения применяется тренером-преподавателем в качестве оперативного контроля. В процессе работы с мини-футболистами тренеры-преподаватели осуществляют свои наблюдения постоянно. Это даёт им возможность создать целостное представление как об учебной группе в целом, так и ясное представление о каждом занимающимся. Например, для изучения и оценки индивидуальных свойств нервной системы метод наблюдения с успехом можно применять в ходе занятий. Оценивая проявление свойств нервной системы мини-футболистов на основании изучения их двигательных действий, поступков и поведения, тренеры-преподаватели получают возможность вносить изменения в педагогические воздействия на занимающихся.

Контрольные нормативы содержит подбор упражнений, выполнение которых позволяет тренеру-преподавателю определить степень усвоения учебного материала.

## 2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### Формы контроля уровня достижений занимающихся

№	Контрольные упражнения	Возраст 6 лет	Возраст 7 лет
1	Бег 30 м (с)	6,6	6,5
2	Бег 300 м (с)	89	85
3	Прыжок в длину с места (см.)	115	118
4	Бег 30 м. с ведением мяча (с.)	9,0	8,5
5	Удар по мячу ногой на дальность (м.)	20	23
6	Жонглирование мячом (количество ударов)	7-8	9-10
7	Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам 30 м.(с)	14,0	12,0
8	Бросок мяча рукой на дальность (м.)	6 - 7	7-8

### Условия выполнения упражнений:

1.Бег на 30, 300, и прыжок в длину с места выполняется по правилам соревнований по лёгкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта.

2.Бег на 30 м. с ведением мяча выполняется с высокого старта (мяч на линии старта), мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трёх касаний, не считая остановки за финишной линией. Упражнение считается законченным, когда игрок оставит мяч за линией финиша. Время фиксируется с момента старта до пересечения игроком (вслед за мячом) линии финиша.

3.Удар по мячу ногой на дальность выполняется с разбега правой и левой ногой любым способом по неподвижному мячу. Измерение дальности полёта мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю. Для удара каждой ногой даются по три попытки. Засчитывается лучший

результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

4. Жонглирование мячом: выполняются удары правой, левой ногой (серединой подъёма, внутренне и внешней стороной стопы, бедром) и головой в любой последовательности, не повторяя один способ удара два раза подряд.

5. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30 м. от линии штрафной площади). Вести мяч, далее обвести «змейкой» четыре стойки (первая стойка ставится на линию штрафной площади, далее в центре через каждые 2 м. ещё три стойки), и, не доходя до 6-метровой отметки, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае если мяч не будет забит в ворота, упражнение не засчитывается. Из трёх попыток засчитывается лучший результат.

6. Бросок мяча рукой на дальность (разбег не более четырёх шагов) выполняется по коридору шириной 3 м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Учитывается лучший результат из трёх попыток.

7. Выполнение контрольных упражнений проводится в форме соревнований, результаты их фиксируются в протоколах и доводятся до сведения всех занимающихся.

### **Иные оценочные материалы**

Оценка личностных результатов – это оценка достижения занимающихся в ходе их личностного развития планируемых результатов в ходе всех компонентов образовательного процесса, включая внеурочную деятельность. В соответствии достижения занимающихся личностных результатов не выносятся на итоговую оценку, а является предметом оценки эффективности образовательной деятельности. В текущем образовательном процессе возможна ограниченная оценка отдельных личностных результатов:

- соблюдение норм и правил поведения;
- участие в общественной жизни и общественно полезном труде;
- ответственность за результаты обучения.

В соответствии с требованиями оценка этих достижений проводится в форме, не представляющей угрозы личности, психологической безопасности

занимающихся и используется исключительно в целях личностного развития занимающихся

## 2.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### **Методы и приёмы, используемые педагогом при реализации программы**

При выполнении упражнений с мячами используют следующие методы:

1. Повторный метод - заключается в многократном выполнении упражнений при сохранении содержания, величины, характера нагрузки (например, выполнение бросков мяча с одного и того же места определенным способом).

2. Интервальный метод - предполагает многократное повторение упражнения при строгой регламентации его продолжительности и пауз отдыха между повторениями.

3. Вариативный метод - предполагает выполнение одного и того же упражнения с мячами разного веса и в разных условиях (облегченных, нормальных и усложненных).

4. Метод сопряженных взаимодействий - основан на взаимосвязи развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков. Для этого используются специальные упражнения (в частности, с набивными мячами), направленные на развитие необходимых двигательных качеств при условии их динамического соответствия биомеханическим особенностям разучиваемых на занятии двигательных действий (элементов и частей техники конкретного двигательного действия).

5. Игровой метод - характеризуется постоянным или внезапным изменением игровых ситуаций при наличии определенного сюжета и конечной цели. Он может использоваться для избирательного воздействия на отдельные физические способности занимающихся и комплексного совершенствования их двигательной активности.

6. Соревновательный метод - это специально организованные состязания с использованием мячей (малых, больших, набивных), в которых создаются условия для индивидуальной и командной борьбы. Этот метод может применяться при воспитании физических качеств, совершенствовании технических приёмов, для стимулирования интереса и активизации занимающихся. При использовании этого метода у занимающихся

происходят самые высокие сдвиги в деятельности систем и функций организма.

7. Метод круговой тренировки - предусматривает выполнение серии упражнений (например, с набивными мячами) на специально подготовленных местах («станциях»). Состав упражнений подбирается с расчётом разностороннего воздействия на различные мышечные группы и физические способности занимающихся.

### **Формы организации учебного занятия (разработки игр, бесед);**

#### **Беседы с детьми для знакомства с игрой футбол.**

##### **1 Беседа: Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире**

- Ребята, сегодня мы поговорим об одной очень увлекательной игре, а о какой – попробуйте отгадать! Знаю я секрет один:

*Есть волшебный витамин.*

*Не едят его, не пьют,*

*А кидают, и бросают,*

*И ногами сильно бьют.*

*Что это за витамин?*

В какой игре его бьют ногами? Правильно: футбольный мяч! Вот он, какой пестрый и красивый!

Футбол – самая древняя игра. название этой игры происходит от двух английских слов: «фут» - *ступня* и «бол» - *мяч*, т. е. в этой игре по мячу бьют ногой.

В отличие от всех других видов спорта, футбол – самый консервативный. Правила игры за 200 лет почти не изменились. В них не было двух очень существенных положений, без которых современный футбол не мыслим: 11- метрового штрафного удара, называемого *пенальти*, и судьи в поле. В прежние времена он руководил действиями футболистов с трибуны.

А какие футбольные клубы в нашей стране вы знаете? Кто из наших футболистов известен всему миру? Да, это наш вратарь Лев Яшин.

В футбол любят играть не только мальчики, но и девочки. Сейчас во многих городах появляются женские футбольные команды. Взлетит и упадет на землю мяч. И снова взлетит... статистика утверждает, что в любую секунду дня на земном шаре в воздухе одновременно находятся пятьдесят таких мячей. И один из них ваш.

##### **2 Беседа: Учимся играть в футбол (о технике игры в футбол)**

- Ребята, вы смотрели по телевизору футбольный матч вместе с папой? Вы видели, сколько болельщиков на трибунах?

*И снова мы спешим на стадион –*

*И никуда от этого не денется.*

*Кто магией футбола увлечен*

*Того не покидает детство.*

А почему футбол привлекает столько зрителей? Да потому, что футболисты, как артисты, демонстрируют свои таланты, соревнуются в умении вести мяч, бить по нему.

Хотите поиграть? Начертите на асфальте большой круг. Возьмите мяч. А теперь постарайтесь ногой вести мяч по кругу, не сходя с линии. Мяч укатился далеко за круг? Не расстраивайтесь: у вас все впереди. Если хотите стать футболистами, вы должны научиться управлять мячом, а не мяч должен управлять вами. Помогут вам мои советы.

*Перемещение игрока.* Играя в футбол, вы должны уметь выполнять перемещения в виде ходьбы, медленного бега, бегать лицом и спиной вперед, приставными и скрестными шагами в сторону, прыгать, владеть своим телом, внезапно останавливаться и поворачиваться во время бега и на месте.

*Удары по мячу.* Ударами забивают мяч в ворота соперника, ударами же передают мяч партнеру, ведут мяч.

Футболисты применяют удары по мячу ногой и головой (в старшем возрасте).

*Удар внутренней стороной стопы* – самый точный из всех ударов. При ударе с места надо наклонить туловище над мячом, ногу отвести для замаха назад и затем внутренней стороной стопы ударить по мячу. Такой удар можно выполнить и с разбега. Чем ниже к мячу будет приложена сила удара, тем круче вверх он поднимется, и наоборот.

Если выполняется *удар подъемом* ноги, то по мячу можно ударить серединой, внутренней и внешней частью подъема.

*Удар серединой подъема* отличается большой скоростью полета мяча. Он выполняется с разбега. Опорная нога ставится сбоку от мяча. У бьющей ноги носок оттянут. При ударе опорная нога приподнимается на носок, чтобы бьющая нога не задела носком землю.

*Для удара внешней частью подъема* нужно в момент замаха повернуть бьющую ногу носком внутрь. *Удар внутренней частью подъема* – самый распространенный. Он выполняется так же, как и серединой подъема. Но в последний перед ударом момент надо развернуть носок ноги.

Удары могут выполняться по неподвижному мячу, катящемуся, летящему и отскочившему от земли мячу. Удар по движущемуся мячу выполнить труднее, чем по неподвижному, потому что в этом случае нужно согласовывать свои движения с движениями мяча во времени и расстоянию.

*Остановка катящегося мяча* дает возможность игроку овладеть им и продолжать дальнейшее игровое действие: передачу, ведение мяча, удар по воротам.

Самое главное при остановке мяча – чтобы он не отскочил от ноги игрока.

При остановке катящегося мяча внутренней стороной стопы тяжесть тела приходится на опорную ногу. Останавливающая нога выносится немного вперед и при соприкосновении с мячом делает отступающее движение назад до уровня опорной. Скорость мяча гасится, и он останавливается.

*Остановка катящегося мяча подошвой.* Принимающая нога, согнутая в колене, выносится навстречу мячу. Носок приподнят, пятка находится над землей на расстоянии 5 – 10 см от нее. При соприкосновении с мячом принимающая нога выполняет отступающее движение назад и гасит скорость мяча. Остановить опускающийся мяч можно подошвой и внутренней стороной стопы.

*Ведение мяча.* Вести мяч можно как бегом, так и шагом, ударяя его одной ногой или поочередно: то правой, то левой. При ведении мяча по прямой линии наиболее удобно наносить удары внешней частью подъема стопы, а по кривой – внутренней частью подъема.

Чтобы *отобрать мяч*, нужно угадать намерение соперника, владеющего мячом, и послать ногу навстречу мячу. При этом старайтесь не толкнуть соперника, не ударить его по ноге.

*Вбрасывание мяча.* Если во время игры мяч ушел за линию поля, то выполняется вбрасывание мяча из-за боковой линии: взять мяч обеими руками; пальцы расставлены, ноги – в положении небольшого шага или параллельно; поднять мяч вверх, слегка прогнуться назад и потом быстро бросить его своему игроку, выпрямляя руки.

### **3 Беседа: Умейте нападать, умейте защищать! (техника игры в футбол).**

- Вы уже многому научились из того, что должен уметь настоящий футболист. Попробуем поиграть!

В игре вы можете быть как нападающим, так и защитником.

Мяч у тебя или у игрока из твоей команды. Вы нападаете на ворота соперника. В этом случае, вы – нападающие. Ваша команда забьет гол в ворота, если вы будете *разыгрывать мяч*, т.е. передавать его друг другу, приближаясь к воротам соперника. Ура! Гол! Все получилось. Вы – настоящая команда.

Теперь мяч переходит к команде, которой вы забили гол. Задача вашей команды – защищать свои ворота, чтобы вам не забили гол. Теперь ты и твоя команда – защитники. Попробуй отобрать мяч, не толкнув соперника. Если заметил, что мяч летит или катится к игроку – сопернику, который находится недалеко от тебя, попытайся перехватить, отобрать мяч, защитить свои ворота.

Твои ворота и ворота соперника защищает вратарь. Это очень важный игрок в команде. Кроме владения основными приемами полевых игроков, он должен уметь ловить, отбивать, вводить мяч в игру.

При ловле высоко летящего мяча в прыжке вратарь одновременно с прыжком поднимает вверх прямые руки с широко расставленными пальцами. Когда мяч коснется пальцев рук, вратарь обхватывает его и прижимает к груди.

Если мяч катится по земле на вратаря, то он должен согнуть ноги, наклониться и ловить мяч прямыми руками с обращенными вперед ладонями.

Отбивают мяч в тех случаях, когда при попытке поймать его можно допустить ошибку. Отбивать лучше двумя кулаками, но, если это неудобно, можно и одним.

Ввести мяч в игру можно броском: руками вверх, сбоку, снизу, а также ударом ноги.

В ваши ворота забили гол. Поддержи вратаря, скажи ему что-нибудь ободряющее, чтобы он не пал духом. Вы – одна команда! Вам так нравится эта удивительная игра – футбол!

#### **4 Беседа: Простейшие правила игры.**

У каждой спортивной игры, будь то баскетбол, волейбол, теннис, бадминтон и др., есть свои правила. В футболе тоже есть правила, которые нужно знать.

Цель команды в игре – забить как можно больше мячей. Команда, которая забила больше мячей, считается победившей. Если не забито ни одного мяча или обе команды забили одинаковое число мячей, то игра закончена вничью. В команде может играть по 5 – 8 человек и несколько запасных игроков, которые могут заменить кого-либо из основного состава в случае травмы. Одного из игроков команды, самого меткого, смелого, ловкого, выбирают капитаном. Каждая команда должна придумать себе название («Салют», «Спартак», «Динамо»). У игроков команд должна быть форма разного цвета (например, у одних – синие майки, у других – красные), чтобы не расшибиться при передаче мяча. Можно использовать и повязки разного цвета.

Перед началом игры проводится жеребьевка для выбора сторон поля и начального удара. Для этого можно использовать дощечку, окрашенную с одной стороны в красный, а с другой – в белый цвет.

Судья ставит мяч на землю. По сигналу один из игроков в команды, начавший игру, бьет по мячу, направляя его в сторону противника. Вторично он не имеет права касаться мяча, пока не коснется мяча другие игроки. Игроки команды соперников не должны находиться близко к центральному кругу – они стоят не ближе двух шагов от линии круга.

Мяч считается забитым в ворота, если он полностью прошел линию ворот и при этом никто из игроков забившей команды не нарушил правила. Вратарь должен находиться за линией ворот, в поле, а не на территории ворот.

Игроки имеют право вести мяч только ногами. Передавая мяч друг другу, вы должны забить его в ворота соперника.

Задача игроков противоположной команды – не пропустить противника к своим воротам и не дать ему забить мяч.

В футболе только вратарь имеет право брать мяч в руки – остальные полевые игроки играют ногами. Одна из команд забила мяч в ворота, значит, игра возобновляется игроком команды, в ворота которой был забит мяч.

Игра может длиться до 30 минут. Время игры делится на две половины, по 15 минут каждая, с 5-минутным перерывом. После перерыва команды меняются сторонами поля, а вторую половину игры будет начинать другая команда – не та, которая начинала игру.

По окончании игры поиграйте в малоподвижную игру, чтобы привести организм в более спокойное состояние.

Судья может менять игроков в течении всей игры: может заменить вратаря, уставшего или травмированного игрока. Судья может остановить игру, если игроки берут мяч в руки, толкаются, ведут себя недисциплинированно. Мяч при этом передается противоположной команде и вводится в игру с того места, где произошло нарушение. Если игроки обеих команд совершают нарушения одновременно, судья назначает и тем, и другим штрафной удар по неподвижному мячу (с места нарушения).

Если игрок многократно нарушал правила игры, толкался, бил играющих по ногам, судья имеет право удалить его с поля, заменить другим игроком. Такое поведение в спорте называют «грубой игрой».

Играйте дружно, поддерживайте друг друга! Помните: эта игра должна приносить радость и удовлетворение.

## **5 Беседа: Как избежать травматизма.**

- Подготавливая место для игры, нужно осмотреть все вокруг, чтобы ничто не мешало участникам и не могло нанести им травмы.

Чтобы избежать травматизма:

- не играйте на проезжих дорогах. Игру проводите подальше от окон, клумб и грядок;

- обувь должна быть без каблуков, не тяжелой, чтобы в случае удара по ноге она не причинила боль игроку;

- в осеннее и весеннее время года одежда должна быть облегченной, удобной, не ограничивающей движения;

- учитывайте погодные условия: после дождя не стоит играть – пусть земля просохнет. Вот тогда и поиграете!

## **6 Беседа: Как достичь положительного результата.**

- Футбол – игра коллективная. Успех в ней зависит от слаженности действий всей команды – эгоистам в футболе удача не сопутствует.

«Нужно... умерять всякую хвастливость, воспитывать уважение к силе противника, обращать внимание на организованность, дисциплину в команде. Нужно, наконец, добиваться спокойного отношения к удачам и неудачам...» Эти слова великого педагога А.С.Макаренко как нельзя лучше отражают суть этой великолепной и увлекательной игры:

- Играйте честно, дружно, соблюдая установленные правила.
  - Никогда не сердитесь, если в игре вас нечаянно толкнули или наступили на ногу.
  - Не горячитесь! Проявляйте больше выдержки и смекалки.
  - Играйте смело, с инициативой, согласуя действия с товарищами.
  - Помните о законе всех игр: «Один за всех, и все – за одного».
- Ставьте интересы команды выше своих – только тогда вы добьетесь положительного результата.

### **Подвижные игры с мячом**

Для развития организма ребёнка-дошкольника и его разнообразной двигательной деятельности большую важность представляют основные движения. Особое место среди них занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами разного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кисти, увеличивают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Игры с мячом пользуются у детей неизменной популярностью, и это неудивительно. Мяч (большой или маленький) требует проворных рук и повышенного внимания. Для детей мяч, этот круглый, легкий, упругий и привлекательный снаряд, нередко символизирует приобщение к спортивным играм – волейболу, баскетболу, футболу.

### **Горелки с мячом**

Играющие размещаются так же, как и при игре в обыкновенные горелки, т.е. парами. В пяти шагах впереди от «горельщика» кладут на землю мяч. Как только последняя пара пробежит по сторонам колонны, составленной из пар, «горельщик» сейчас же хватается мяч и «салит» им одного

из бегущих. «Осаленный» делается «горельщиком». Мяч снова кладут на место

### **Летучий мяч**

Играющие встают в круг, водящий находится в середине круга. По сигналу дети начинают перебрасывать мяч друг другу через центр круга. Водящий старается задержать мяч, поймать его или коснуться рукой. Если ему это удалось, то он встает в круг, а тот, кем был брошен мяч, становится водящим. Водящий не может коснуться мяча, когда мяч находится в руках игрока.

### **Мяч с топотом**

Участники игры делятся на две группы и встают друг против друга на расстоянии 4-6 м. На середину поля кладут любой предмет. Игру начинают по жребию первый игрок одной из команд. Он называет по имени игрока из второй команды, бросает ему мяч, быстро бежит на середину поля, останавливается у предмета, топает ногами и возвращается на место. В это время игрок, поймавший мяч, старается его осалить. Если он промахнется, то осаленный переходит во вторую группу. Побеждает группа, в которой окажется больше детей.

### **Круг**

Все играющие, кроме водящего, встают в круг и перебрасывают друг другу мяч, называя по имени того, кто должен его ловить. Водящий стоит в середине круга и старается ударить рукой по летящему мячу. Как только задержанный таким образом мяч упадет на землю, играющие разбегаются. Водящий быстро поднимает мяч и, крикнув «Стой!», старается запятнать кого-нибудь из игроков. Запятнанный становится водящим. Если же водящий промахнется, то снова идет в круг водить. Водящий задерживает только летящий мяч, пятнает детей с того места, где поднял мяч.

### **Мячи разные несём**

Дети строятся в две шеренги у противоположных сторон площадки. У детей первой шеренги маленькие мячи. Дети второй шеренги поворачиваются спиной к стене. Первая шеренга поднимает мячи и приближается ко второй. Инструктор (воспитатель) проговаривает:

*Мы идём, идём, идём,*

*Разные мячи несем.*

Подойдя ко второй шеренге на расстояние двух шагов, дети с мячами останавливаются и кладут мячи на пол.

Взрослый говорит:

*У кого здесь мяч лежит,*

*Тот за нами не бежит,*

*А свой мячик поднимает*

*И скорее в нас бросает!*

После этих слов дети первой шеренги быстро убегают на свои места, а дети второй шеренги поднимают мячи бросают их в сторону убегающих. Дети, осаленные мячом, выбывают из игры, остальные продолжают игру, но шеренги меняются местами.

### **Зайчики**

Водящий с мячом располагается в центре круга. Пока водящий ударяет мячом об пол, зайчата прыгают, резвятся, имитируя бодрое и веселое настроение. Как только водящий поднимает мяч над головой, играющие быстро приседают и принимают позу спящих. Водящий внимательно следит за спящими. Тот, кто не сохранит позы спящего, выходит в центр круга и становится водящим.

### **Наоборот**

Дети встают в круг. В центре – ведущий с мячом в руках. Показывая движения или действия с мячом, он бросает его одному из игроков со словами: «Сделай наоборот!». Игрок, получивший мяч, должен выполнить противоположное движение и вернуть мяч ведущему (например, при подбросе ведущим мяча вверх – ударить об пол, при переброске из руки в руку – покатить по полу, при приседании с мячом – подпрыгнуть). В конце игры отмечают дети, правильно выполнившие противоположные действия.

### **Колобок**

Играющие делятся на две команды и строятся в колонны по 5-6 человек. В руках у капитанов команд по мячу-колобку. Хором дети проговаривают:

*Наш веселый колобок  
Покатился на лужок,  
Кто быстрее его вернет,  
Приз команде принесет.*

С последним словом капитаны команд поднимают мяч над головой, прогибаются назад и передают его следующему игроку. Стоящие последними игроки команд бегут с мячом вперед и встают впереди своих команд. Игра продолжается до тех пор, пока первые игроки (капитаны) вновь не окажутся впереди. Условия игры: при передаче мяча ноги в коленях не сгибать, спина прямая. Игру можно проводить и из положения сидя, ноги скрестив, или сидя, ноги вытянув и раздвинув шире плеч.

### **Воевода**

Играющие по кругу перекатывают мяч от одного к другому, произнося:

*Катится яблоко в круг хоровода,  
Кто его поднял, тот воевода...*

Ребенок, у которого в этот момент окажется мяч – воевода. Он говорит:

*Я сегодня воевода.*

*Я бегу из хоровода.*

Бежит за кругом, кладёт мяч на пол между двумя игроками. Дети хором говорят:

*Раз, два, не воронь*

*И беги как огонь!*

Игроки бегут по кругу в противоположные стороны, стараясь раньше напарника схватить мяч. Тот, кто первым добежал и схватил мяч, катит его по кругу. Игра продолжается.

### **Меткий стрелок**

Выбранный по считалке водящий встает в центр круга с мячом в руках. Он бросает мяч игроку, стоящему в круге, называя его имя. Тот, кого называли, ловит мяч и перебрасывает его обратно.

Неожиданно водящий подбрасывает мяч вверх. Подброшенный мяч – сигнал к тому, что дети должны разбежаться в заранее обозначенные кружки-домики, расположенные в 2-3 м от основного круга. Водящий, не выходя из круга, должен попасть в одного из игроков, находящегося в таком кружке-домике.

Игроки, стоящие в кружках, подпрыгивают, увертываются от мяча.

Игрок, стоящий в кружке и поймавший мяч, становится водящим.

### **Разноцветный мячик.**

Дети хором читают стихи В. Суловой:

*Разноцветный мячик*

*По дорожке скачет*

*По дорожке, по тропинке,*

*От березки до осинки,*

*От осинки – поворот,*

*Прямо к (Ване) в огород.*

Играющие, стоя по кругу, передают или перебрасывают друг другу мяч. Получивший мяч на слово «поворот» ударяет мячом об пол в ритм тексту последней строки, в которую вставляется имя держащего мяч, после чего все разбегаются, а игрок с мячом старается осалить, как можно больше ребят. Осаленные выбывают из игры.

Через 1-2 минуты по сигналу взрослого игра прекращается. В конце игры подводятся итоги: кто из водящих осалил больше играющих.

### **Кувшинчик**

Один из участников – водящий. Он берет мяч – «кувшинчик» и, ударяя им о землю, поет:

кувшинчик уронил и об пол его разбил. Раз, два, три, его, Ваня, лови!

Сразу же по окончании песни водящий сильно ударяет мячом о землю, а участник, имя которого было названо в песне, ловит его.

Игрок, поймавший мяч, отходит в сторону. А все остальные поднимают руки, образуя над головой круг – колесо, и поют:

*Мы знаем все подряд, что ребята говорят:*

*Оля, Коля, дуб зеленый, ландыш белый, зайка серый,*

*Брось!*

Участник с мячом поёт:

*Я знаю все подряд, что ребята говорят:*

*Дуб зеленый, ландыш, мак,*

*Я бросаю мяч - вот так!*

Он бросает мяч, стараясь попасть кому-нибудь из детей в сцепленные над головой руки. Кому попадет мячом в круг-колесо, тот и водит.

### **Мячик кверху (русская народная игра)**

Участники игры встают в круг, водящий идет в середину круга и бросает мяч со словами: «Мячик кверху!» Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стой!» Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Запятнанный становится водящим. Если же он промахнулся, то остается вновь водящим: идет в центр круга, бросает мяч кверху – игра продолжается. Правила игры. Водящий бросает мяч как можно выше.

Разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих после слова «Стой!» - продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего. Играющие, убегая от водящего, не должны прятаться за встречающиеся на пути предметы.

### **Лапта (русская народная игра)**

Для игры нужны небольшой резиновый мяч и лапта – круглая палка (длиной 60 см, ручка толщиной 3 см, ширина основания 5 – 10 см). На площадке проводят две линии на расстоянии 20 м. С одной стороны площадки находится город, а с другой – кон.

Участники игры делятся на две равные команды. По жребию игроки одной команды идут в город, а другая команда водит. Команда города начинает игру. Метальщик лаптой забивает мяч, бежит через площадку за линию кона, бежит через площадку за линию кона и снова возвращается в город. Водящие ловят отбитый мяч стараются запятнать бегущего. Они могут перебрасывать мяч друг другу, чтобы попасть в бегущего на более близком расстоянии. Если игрокам поля удастся запятнать бегущего на более близком расстоянии. Если игрокам поля удастся запятнать бегущего, они переходят в город. В ином случае игроки остаются на местах. Игра продолжается, мяч

забивает второй игрок. По очереди все играющие бьющей команды выступают в роли метальщиков. Но не всегда игрокам удастся сразу вернуться в город. В этом случае они ждут, что их выручат. Выручить может только тот, кто далеко отобьет мяч.

Нередко случается и так, что тот, кто ударил по мячу, не смог сразу перебежать за линию кона. Он ждет, когда мяч забьет следующий игрок, - тогда за линию кона бегут два игрока. Может создаться более трудное положение, когда все игроки бьющей команды, кроме одного, находятся за линией кона, тогда игроку, который еще не бил, разрешают ударить трижды. Если он промахнется, то игроки уступают свое место водящим.

Правила игры. Подавальщики не должны переступать черту города. Тому, кто не может забить мяч лаптой, разрешается его бросать в поле рукой. Команда города переходит в поле, если все игроки пробили мяч, но никто не перебежал за линию кона.

### **Большой мяч (русская народная игра)**

Для игры нужен большой мяч. Играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Он встает за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадает в круг, играющие опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середине встает тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется.

Правила игры. Играющие не берут в руки мяч в течении всей игры, они перекатывают его только ногами.

### **Блуждающий мяч**

Все играющие, кроме водящего, встают в круг на расстоянии вытянутой руки. Они передают друг другу большой мяч. Водящий бежит вне круга, старается дотронуться до мяча рукой. Если это ему удалось, то он идет на место того игрока, в руках которого находится мяч, а играющий выходит за круг. Игра повторяется. Правила игры. Передавая мяч, играющие не должны сходить с места. Нельзя мяч передавать через одного, можно только рядом стоящему игроку. Водящему запрещается заходить в круг. Мяч можно передавать в любую сторону. Передача мяча начинается с того игрока, за которым стоит водящий перед началом игры. Играющий, уронивший мяч, становится водящим.

### **Играй, играй мяч не теряй**

Дети произвольно располагаются на площадке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору. После сигнал все быстро поднимают мячи вверх. Опоздавшие получают штрафное очко. Игра повторяется несколько раз. Выигрывает тот, кто не имеет штрафных очков.

Перед началом игры напомнить детям движения с мячом, которые они могут выполнять. Например, бросать мяч вверх, вниз, в корзину,

перебрасывать мяч друг другу, отбивать мяч на месте правой (левой) рукой и т.д.

### **Мяч по кругу**

Дети делятся на несколько групп, расстояние между которыми 1,5 – 2 м. Каждая групп становится в круг.

Дети бросают мяч друг другу, никого не пропуская. Выигрывает группа, в которой мяч меньше падал на пол.

### **Будь внимателен**

Дети становятся в круг, водящий (взрослый) – в центре. Водящий бросает мяч игрокам (выборочно). Тот, кто не смог поймать мяч, получает штрафное очко. Перед началом игры детям напоминают, как надо принимать мяч.

### **Брось дальше**

Дети (3-4) становятся у линии, начерченной на земле, и бросают мяч вперед. Воспитатель отмечает, кто бросил дальше всех. Большой мяч дети бросают двумя руками из-за головы, маленький – сначала правой, а затем левой рукой.

### **Десять передач**

Дети становятся парами, расстояние между игроками 1,5-2 м. У каждой пары – по мячу. По сигналу дети передают мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить на землю. Побеждает пара, быстрее всех сделавшая десять передач (без падения мяча), или та, которая дольше удержит мяч.

### **Вызови по имени**

Дети делятся на 3-4 группы, каждая из них становится вокруг обруч. Один игрок группы встает в обруч, у него в руках мяч. Назвав по имени кого-то из играющих, он бросает мяч высоко вверх. Ребёнок, чье имя назвали, должен успеть поймать мяч. После этого он меняется с водящим местами. Игра продолжается. (Перед игрой надо обратить внимание детей на то, что сначала произносят имя и лишь затем бросают мяч).

### **Сделай фигуру**

Дети свободно располагаются на площадке, у каждого второго – мяч. Воспитатель говорит: «День», все свободно играют с мячом. Воспитатель считает: «Раз, два, три». На последний счет дети подбрасывают мячи вверх и ловят их после отскок от земли или на лету.

Играющие могут стоять по кругу в шеренге и бросать мячи через голову назад, прокатывать в разных направлениях.

### **Поймай мяч**

Дети делятся по трое. Двое игроков становятся друг против друга на расстоянии 3-4 м и перебрасывают мяч. Третий ребенок встает между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться рукой. Если это ему удастся, он меняется местами с ребенком, бросившим мяч.

Перед броском дети могут выполнять дополнительные движения, например, вести мяч на месте или в движении, бросать его вверх, вниз и т. д.

#### **У кого меньше мячей**

Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет несколько мячей и располагается на своей половине площадки. Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 130-150 см. После сигнала воспитателя

игроки перебрасывают мячи на площадку противника. Выигрывает команда, у которой на площадке после второго свистка находится меньше мячей.

#### **Ловишка в кругу**

Дети становятся в круг, водящий - в центре. Дети перебрасывают мяч друг другу (через круг), водящий старается его поймать. Если водящий поймет мяч, он меняется местами с ребенком, который бросал мяч.

#### **Мяч – водящему**

Дети делятся на 4-5 групп, каждая образует свой круг. В центре круг – водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч игрокам и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков группы (1-3 раз), водящий поднимет его вверх. Побеждает команда, которая меньшее количество раз уронит мяч или быстрее закончит игру.

#### **Стой!**

Дети становятся в круг, водящий с мячом – в центре. Он подбрасывает мяч вверх и называет имя одного из игроков. Ребенок, чье имя прозвучало, бежит за мячом (остальные игроки разбегаются в разные стороны) и как только берет его в руки, дает команду: «Стой!» все играющие останавливаются и замирают. Игрок старается попасть мячом в кого-нибудь из них. Тот, в кого попали, становится водящим, игра продолжается.

#### **Гонка мячей по кругу**

Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друг. У игроков, оказавшихся на расстоянии вытянутой руки друг от друга, мячи разного цвета или размера. После сигнала воспитателя все начинают передавать мячи друг другу (в одном направлении), стараясь догнать другой мяч.

#### **За мячом**

Дети образуют несколько команд. Каждая команда делится на две команды, между которыми расстояние 2-3 м. Игрок, стоящий первым в одной из колонн – водящий. После сигнала он передает мяч первому игроку из второй колонны, а сам бежит в конец этой колонны. Ребенок, получивший мяч, также передает его игроку противоположной колонны и занимает место

в конце этого ряда. Игра продолжается, пока все игроки вернуться на свои места, а мяч окажется у водящего.

(Чтобы дети правильно поняли, куда они должны встать после передачи мяча, педагог объясняет, что передвигаться нужно за мячом, по тому же направлению).

### **Охотники и звери**

У двоих детей (охотники) в руках мячи. Все остальные игроки – звери. Одна половина площадки – лес, другая

– поле. Охотники стоят в центре. Звери свободно бродят в лесу. По сигналу воспитателя «Охотники!» все бегут из лес в поле. Охотники стараются поймать зверей – попасть мячом. Тот, кого коснулся мяч, должен лечь на том месте, где его «осалили».

### **Мяч – противнику**

Две группы детей располагаются в противоположных концах площадки. Между ними отмечается зона шириной 5-10 шагов, в центре которой – мяч. У каждого ребенка – по небольшому мячу. По сигналу воспитателя игроки обеих групп поочередно гонят мяч из зоны в сторону противник своими мячами. Выигрывает группа, которая быстрее справилась с заданием.

### **Успей поймать мяч**

Играющие становятся в 3-4 колонны у черты. Перед каждой колонной на расстоянии 2-2,5 м с мячом в руках встает водящий. По сигналу он бросает мяч игроку, стоящему первым, который, поймав мяч, возвращает его водящему и бежит в конец своей колонны. Второй игрок подходит к черте и тоже ловит мяч и т.д. игра продолжается до тех пор, пока первый игрок не займет свое место во главе колонны. Побеждает команда, быстрее закончившая игру. (Если ребенок не поймал мяч, водящий подбирает его и бросает еще раз.)

### **Займи свободный кружок**

Все дети, а исключением водящего, становятся в кружки (или обручи) диаметром 50 см, начерченные на земле

в разных местах на расстоянии 1,5-2 м один от другого. Находящиеся в кружках перебрасывают мяч друг другу в разных направлениях. Водящий находится между игроками и старается поймать мяч на лету или коснуться его рукой. Когда водящему удастся это сделать, воспитатель дает свисток. По свистку игроки меняются местами, водящий в это время старается встать в один из кружков. Кто не успеет занять место в кружке, становится водящим. Игра продолжается.

Число водящих и количество мячей может быть различным, в зависимости от умения детей бросать и ловить мяч.

### **Обгони мяч**

В игре участвуют 2-4 команды. Игроки каждой команды становятся в круг, у одного из игроков (водящий) – мяч. После сигнала воспитателя водящий отдает мяч игроку, стоящему справа и бежит влево. Обежав круг, он возвращается на свое место. Ребенок, получивший мяч, так же передает его стоящему справа и т.д. (Второй игрок начинает движение, когда первый займет свое место.) игра продолжается до тех пор, пока все дети не обегут круг и мяч не возвратится к водящему. Выигрывает команда, быстрее закончившая игру.

### **Круговая лапта**

Дети образуют две равные команды. Игроки первой команды выходят на середину площадки, игроки второй команды, разделившись поровну, встают по ее противоположным краям. Они перебрасывают мяч через площадку, стараясь коснуться им игроков, стоящих в центре (мяч можно ловить). Тот, в кого попал мяч, выходит из игры, поймавший мяч остается на площадке. Когда всех игроков «выбивают», команды меняются местами. Побеждает команда, которая сумеет быстрее выполнить задание.

### **Мотоциклисты**

На площадке размечается улица шириной 2-3 м и длиной 4-5 м. Все дети (мотоциклисты) свободно ведут рукой мячи по площадке. Посередине улицы стоит регулировщик (он регулирует движение зеленым и красным флажками). Доехавший до улицы мотоциклист останавливается, если регулировщик показывает красный флажок, но мотор не выключает – ведет мяч на месте. Если поднят зеленый флажок, мотоциклисты проезжают улицу без остановки – ведут мячи бегом. Движения на улице одностороннее. Через некоторое время игроки меняют руку.

### **Ловец с мячом**

Дети с мячами свободно передвигаются по площадке, один из них – водящий. Его задача, ведя мяч правой рукой, левой коснуться кого-то из игроков. Если ему это удастся, «осаленный» становится водящим. Вначале роль водящего выполняет воспитатель, в дальнейшем – ребенок, хорошо владеющий мячом.

### **Ведение мяча парами**

Дети делятся по двое, у каждого игрока – мяч. Один ребенок свободно передвигается по площадке, другой - водящий. Его цель – не роняя мяч, коснуться рукой товарища по игре. Когда ему это удастся, игроки меняются местами.

После того как водящий коснулся своего товарища, он должен продвинуться на 5-6 шагов вперед, и только тогда другой игрок может начать его ловить.

### **Вызовы по номерам**

Дети делятся на несколько команд (по 4-5 человек). В команде дети рассчитываются по номерам и становятся

в колонну друг за другом. Перед каждой колонной расставляют кегли (5-6) на расстоянии 1-2 м одна от другой. Воспитатель называет номер игроков (не по очереди). Ребенок, чей номер назван, ведет мяч, обходя первую кеглю справа, вторую слева и т.д. последнюю же кеглю обегает кругом и так же, бегом, возвращается обратно.

Выигрывает команда, быстрее закончившая игру и уронившая меньше кеглей.

### **Борьба за мяч**

Дети делятся на две команды (надевают отличительные знаки). Каждая команда выбирает капитана. Воспитатель стоит в центре площадки, рядом с ним – капитаны. Он подбрасывает мяч, а капитаны стараются отбить его своим игрокам. Игрок, овладевший мячом, передает его своим партнерам, игроки другой команды стараются перехватить мяч. Команда, сделавшая 5 передач, получает очко. Выигрывает команда, набравшая большее количество очков.

Не разрешается бежать с мячом, его надо вести.

### **Мяч – ловцу**

На площадке чертят три круга, один в другом – первый диаметром 1 м, второй – 3 м, третий – 5 м. В первый круг становится водящий (ловец), второй круг свободный, в третий – становятся защитники (4-6 человек). Остальные дети – игроки поля. Они ведут мяч, стараясь передать его ловцу. Защитники стараются им помешать. Если ловец поймает мяч, игроки меняются ролями: передавший мяч игрок становится ловцом, ловец – защитником, один из защитников переходит к игрокам поля.

### **Мяч капитану**

Площадка разделена на две части. В игре участвуют две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок (или обруч), нарисованный у дальнего края чужой площадки. Дети бросают мяч своему капитану, противники стараются перехватить мяч и передать его своему капитану. Мяч можно вести одной рукой, передавать друг другу, но нельзя бежать с ним в руках.

### **Выгони мяч (русская народная игра)**

На противоположных сторонах площадки отмечают две коновые линии. Расстояние между ними 5-10 м. Играющие делятся на две команды, встают друг против друга за линиями. По жребию одна из них начинает игру. Дети поочередно сильным ударом ноги посылают мяч в сторону своих противников. Те стараются не пропустить мяч за черту кона, отбивают его ногой. Если мяч не докатился до линии кона, то играющие передают его

руками. Так мяч переходит от команды к команде, пока не пройдет за линию кона. Играющий, пропустивший мяч, штрафуются (сзади него кладут любой предмет). Выигрывает команда, набравшая меньшее количество штрафных очков

Встречая мяч, играющий может выйти за коновую линию только на один шаг. Если мяч послан слабо и не докатился до кона, играющий также штрафуются.

### **Шлепанки (русская народная игра)**

Играющие встают в круг лицом к центру на расстоянии одного шага один от другого. Выбирается водящий. Водящий выходит в центр круга. Называет по имени одного из детей, бросает мяч о землю так, чтобы он отскочил в нужном направлении. Играющий, чье имя назвал водящий, ловит мяч и отбивает его (шлèпает ладонью). Число отбиваний мяча устанавливается по договоренности, но не более пяти. После отбиваний мяч перебрасывается водящему, и игра продолжается, пока кто-то из играющих не уронит мяч. В этом случае игра начинается сначала. Тот, кто уронил мяч, встает на место водящего.

Отбивать мяч, нужно стоя на одном месте. Играющий встает на место водящего только в том случае, если он поднял мяч с земли.

### **Мяч (карельская народная игра).**

Играющие делятся на две команды. Игроки одной команды рисуют для себя на площадке крепость – квадрат, каждая сторона которой равна пяти шагам. Игроки другой команды находятся в поле. Они подходят к крепости не ближе чем на пять шагов. У одного из нападающих в руках мяч. Он бросает его в защитников крепости. Тот, в кого попали, поднимет мячик и бросает его в наступающих, те, в свою очередь, снова бросают мячик в защитников крепости. Промажнувшийся выбывает из игры.

Наступающие бросают мяч с определенного расстояния, не ближе. Они могут увертываться от мяча защитников только в пределах поля, защитники – в пределах крепости.

### **Круговой (мордовская народная игра).**

Играющие чертят большой круг, делятся на две равные команды и договариваются, кто будет в кругу, кто за кругом. Те, кто остается за кругом, распределившись равномерно стараются попасть мячом в детей, находящихся в кругу. Если кому-либо в кругу удастся поймать мяч, он старается попасть им в любого ребенка за кругом. Если ему это удастся, то у него в запасе очко, если промахнется, то выходит из круга. Когда мяч запятнает всех детей, играющие меняются местами.

Мяч можно ловить лишь с воздух, от земли не считается. Осаленные выходят из круг. Ребенок, поймавший мяч и попавший в игрока за кругом, остается в кругу.

### **Мяч по кругу (татарская народная игра).**

Играющие, образуя круг, садятся. Водящий стоит за кругом. По сигналу водящий бросает мяч одному из игроков, сидящих в кругу, сам отходит. В это время мяч начинают перебрасывать по кругу от одного игрока к другому. Водящий бежит за мячом и старается поймать его на лету. Водящим становится тот игрок, от кого был пойман мяч.

Передача мяча выполняется путем броска с поворотом. Ловящий должен быть готов к приему мяча. При повторении игры мяч передается тому, кто остался вне игры.

### **Стрелок (башкирская народная игра).**

Проводятся две параллельные линии на расстоянии 10-15м друг от друга. В середине между ними чертится круг диаметром 2м. один игрок-стрелок. Он с мячом в руках стоит в кругу. Остальные игроки начинают пробежку от одной линии к другой. Стрелок старается попасть в них мячом. Тот, в кого попал, становится стрелком.

В начале игры стрелком становится тот, кто после команды «Сесть!» присел последним. Момент броска мяча определяется самим стрелком. Мяч, брошенный мимо, игроки перебрасывают стрелку. Если игрок поймал мяч, брошенный в него, то это не считается попаданием.

### ***Игры народов Севера***

#### **Ручейки и озера**

Игроки стоят в пяти – семи колоннах с одинаковым количеством играющих в разных частях зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строятся в круги – озёра. Выигрывают те дети, которые быстрее построят круг.

Правила игры. Бегать надо друг за другом, не выходя из своей колонны. Строиться в круг можно только по сигналу.

#### **Здравствуй, догони!**

Игроки стоят парами лицом друг к другу в середине площадки. Затем пары образуют две шеренги, которые расходятся на расстояние десяти больших шагов от шнура. Встают за шнур - это дома. Каждый представитель первой шеренги идет в гости и подает правую руку тому, с кем он стоял в паре, говоря: «Здравствуй!» Ребенок-хозяин отвечает: «Здравствуй!» Гость говорит: «Догони!» - и бежит в свой дом, хозяин его догоняет до черты. Дети по очереди ходят друг к другу в гости.

Правила игры. Здраваться можно только правой рукой. Говорить «Догони» надо за чертой от игрока-партнера. Выигрывает тот, кто догонит. В гости можно идти по-разному: важно, не торопясь; радостно, вприпрыжку; идти, как солдаты в строю, как клоуны в цирке и т. д.

### **Отбивка оленей**

Группа играющих находится внутри очерченного круга. Выбираются три пастуха, они за кругом - это олени. По сигналу «Раз, два, три - отбивку начинай!» пастухи по очереди бросают мяч в оленей. Олень, в которого попал мяч, считается пойманным, отбитым от стада. Каждый пастух отбивает пять-шесть раз. После чего он подсчитывает отбитых оленей.

Правила игры. Бросать мяч можно только в ноги и только по сигналу. Стрелять надо с места в подвижную цель.

### **Волк и олени**

Из числа играющих выбирается волк, остальные - олени. На одном конце площадки очерчивается место для волка. Олени пасутся на противоположном конце площадки. По сигналу «Волк!» волк просыпается, выходит из логова, сначала широким шагом обходит стадо, затем постепенно круг обхода сужает. По сигналу (рычание волка) олени разбегаются в разные стороны, а волк старается их поймать (коснуться). Пойманного волк отводит к себе.

Правила игры. Выбегать из круга можно только по сигналу. Тот, кого поймают, должен идти за волком.

### **Успей поймать!**

На игровой площадке находятся две равные группы участников: девочки и мальчики. Ведущий подбрасывает мяч вверх. Если мяч поймают девочки, то они начинают перебрасывать мяч друг другу так, чтобы мячом не завладели мальчики, и, наоборот, если мяч окажется у мальчиков, они стараются не дать его девочкам. Выигрывает та команда, которая сможет дольше удержать мяч.

Правила игры. Передавая мяч, нельзя касаться руками игрока и долго задерживать мяч в руках.

### **Ловкий оленевод**

В стороне на площадке ставится фигура оленя. Оленеводы располагаются шеренгой лицом к оленю на расстоянии 3—4 м от него. Поочередно они бросают в оленя мячом, стараясь попасть в него. За каждый удачный выстрел оленевод получает флажок. Выигравшим считается тот, кто большее число раз попадет в оленя.

Правила игры. Бросать мяч можно только с условного расстояния

## 2.6. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду - М.: Просвещение, 2018.
- Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры.- М.: Физкультура и спорт, 2018.
- Бодин В.И. Игры с мячом для здоровья. – М., 2019.
- Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. – М.: Просвещение, 2019.
- Вавилова Е.Н. Развитие основных движений у детей 3-7 лет. Система работы. – М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2021.
- Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры к спорту. – М., 2021.
- Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. – М.: АРКТИ, 2014.
- Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Упражнения и игры с мячами: Метод. Пособие. – М: Изд-во НЦ ЭНАС, 2021.
- Кенеман А.В. Осокина Т.И. Детские народные подвижные игры: Кн. Для воспитателей дет. сада и родителей – 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение; Владос, 2021
- Николаева Н.И. Школа мяча: Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2018.
- Фисенко М.А. Автор-составитель «Физкультура», издательско-творческий дом «Корифей», Волгоград, 2019
- Веревкин М.П. «Мини-футбол на уроке физической культуры», М.,