

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Гамовская средняя школа «Алгоритм»
Пермского муниципального округа Пермского края

Утверждаю



Директор
МАОУ «Гамовская средняя школа
«Алгоритм»

Бушкова Н.Н.

Приказ № 368

01.09.2025 сентября 2025 года

**Программа дополнительного образования
«Футбол»**

Срок реализации программы: 1 год

Возраст детей: 7-12 лет

Составитель:
Шомко Ирина Владимировна,
тренер

2025 год

Пояснительная записка

Физическое воспитание - одно из необходимых условий правильного развития детей. Статистические данные последних лет фиксируют высокую заболеваемость детского населения. Анализ показал, что это обусловлено ухудшением социально-экономической обстановки, обострением проблем рационального питания, снижением уровня здоровья родителей и детей, наследственностью. У современных детей и их родителей не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний здорового образа жизни. Установка на здоровый образ, как известно, не появляется у ребёнка сама собой, а формируется в результате определённого педагогического воздействия, сущность которого, по словам, И.И. Брехмена, состоит в приобщении здоровому образу жизни с самого раннего возраста. По мнению учёных В.К. Бальсевича, Н.И. Шлыка, И.В. Гуштурова, В.С. Зеленина, Т.Д. Кравчука, М.Д. Новиковой, В.И. Осика основы физического и психического здоровья закладываются в дошкольном возрасте. Ведь именно до семи лет человек проходит огромный путь развития, неповторяемый на протяжении последующей жизни. В этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на данном этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физкультурой и спортом. Приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, чётность и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы. Сегодня очевидна проблема поиска оптимальных путей совершенствования работы по укреплению здоровья воспитанников, активизации двигательной деятельности и формирование культуры здоровья детей. Полноценное физическое развитие детей возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания: природных факторов, гигиенических

мероприятий и физических упражнений. Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают спортивные упражнения, а также элементы спортивных игр. Овладение видами спортивных упражнений имеет важное значение для разносторонней физической подготовленности детей. В этом контексте весьма привлекательной является идея создания в ДООУ кружка по футболу.

Почему именно футбол? ФГОС ДО предполагает начинать действия детей, с мячом начиная со второго года жизни. Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от группы к группе за счёт введения дополнительных заданий, а также более сложных способов их выполнения. В подготовительной к школе группе, кроме подбрасывания мяча разными способами с различными заданиями, метаний на дальность и в цель, предусмотрено формирование навыков ведения, отбивания мяча, ловли, передачи. Упражнения в бросании, катании мячей способствует развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. Они формируют умения схватить, удержать, бросить предмет, приучают рассчитывать направление броска, согласовать усилия с расстоянием, развивают выразительность движения, пространственную ориентировку. В играх с мячом развиваются физические качества ребёнка: быстрота, ловкость, сила. У детей дошкольного возраста ещё слабо развита способность к точным движениям, поэтому любые действия с мячом оказывают положительное влияние на развитие этого качества. Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации их проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребёнка. Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации их проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребёнка. Упражнения и игры с мячом различного веса и объёма развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для дошкольников, готовящихся к обучению в школе. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной

системы и всего организма. При обучении элементам игры в футбол используются самые разнообразные действия с мячом, что обеспечивает необходимую физическую нагрузку на все группы мышц ребёнка, особенно важны мышцы, удерживающие позвоночник при формировании правильной осанки. В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку. В игре ребёнок всегда имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действий. Эмоциональность, динамичность, разнообразие действий и игровых ситуаций в футболе привлекают детей дошкольного возраста к этой игре. В занятия при этом могут включаться и игры с мячом, и специальные упражнения по закреплению навыков владения им. Обучение детей основным приёмам владения мячом в игровых условиях должно иметь целью благоприятного физического развития и разносторонней двигательной подготовленности детей, а так же ознакомлением детей с футболом в доступной для дошкольников форме. Футбол – спортивная игра, требующая соответствующей физической, технической и тактической подготовки игроков, что достигается при помощи специальных и постоянных тренировок. Основное внимание должно быть направлено не на специальную подготовку, а на создание общих предпосылок успешного обучения спортивной игре в футбол. С уверенностью можно утверждать, что футбол на любой более или менее ровной площадке – любимая игра детей. Футбол органично развивающийся, сравнительно молодой вид спорта. Он соединяет в себе преимущества наиболее популярного во всём мире виде спорта – футбола. Отличительные особенности данной программы от уже существующих образовательных программ в том, что она предназначена для обучения дошкольников элементам игры в футбол, занятия проходит в малогабаритном спортивном зале. Это проблема решается за счёт нестандартных подходов к организации занятий. В частности, многие упражнения проводятся тренером 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 футбол. Второй отличительной особенностью является то, что данная программа построена с учётом основополагающих принципов здоровьесбережения детей дошкольного возраста:

- ◆ Принцип сознательности – нацеливает детей на формирования понимания, интереса, осмысленного отношения к двигательной деятельности. Повышению сознательности способствует применению педагогом методических приёмов, решающих проблемы здоровьесберегающих технологий педагогики оздоровления.
- ◆ Принцип систематичности и последовательности проявляется во взаимосвязи знаний, умений и навыков игры в футбол. Регулярность и планомерность в педагогическом процессе на протяжении всего периода обучения элементам игры в футбол. Систематически проводимые формы организации в сочетании со здоровьесберегающими мероприятиями приучают детей соблюдать оздоровительно – воспитательный режим.
- ◆ Принцип постепенности предполагает преемственность ступеней обучения ребёнка игре в футбол.
- ◆ Принцип индивидуализации осуществляется на основе здоровьесберегающих технологий.
- ◆ Принцип непрерывности выражает закономерности построения целостного педагогического процесса.
- ◆ Принцип цикличности способствует упорядочению процесса обучения игре в футбол. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность ребёнка к каждому последующему этапу обучения.
- ◆ Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков,

развития функциональных возможностей организма в процессе обучения игре в футбол.

- ◆ Принцип активности предполагает у детей степень подвижности, самостоятельности инициативы и творчества в процесс построения игры в футбол.
- ◆ Принцип всестороннего и гармоничного развития личности содействуют развитию психофизических способностей, знаний, умений и навыков игры в футбол.

Данная программа основана на следующих подходах:

- ◆ Комплексный подход заключается в осуществлении преемственности между возрастными видами деятельности.
- ◆ Оздоровительный подход решает задачи укрепления здоровья детей в процессе обучения игре в футбол. Гуманизации – высшей ценностью является ребенок и его здоровье (Конвенция о правах ребенка, 1990г.).
- ◆ Аксиологический подход – человек является высшей ценностью, а основой его жизнедеятельности является освоение общечеловеческих ценностей, среди которых основная категория – здоровье человека.

Педагогические средства и методы программы направлены на то, чтобы каждый ребёнок нашёл себя в движениях, соответствующих его двигательным задаткам и умениям, что поможет ему самостоятельно и с чувством удовлетворения поддерживать интерес к игре в футбол. Обучение детей тесно связано с их физическим и психологическим состоянием, поэтому в процессе занятий большое внимание должно уделяться формированию у дошкольников положительной устойчивой мотивации к занятиям физическими упражнениями, к игре в футбол. Данные занятия будут способствовать выработке потребностей организма в систематической целенаправленной двигательной деятельности в течение всей жизни, что послужит в дальнейшем средством занятия спортом. Новизна данной программы состоит в

организационном аспекте игры в футбол, который заключается в организации тренировочного процесса через игру, поскольку игра является приоритетной деятельностью дошкольника. Кроме того, увеличивается количество чередований физических упражнений с паузами для отдыха.

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, и т.д.);
- методах контроля и управления образовательным процессом (анализе результатов деятельности детей);
- средствах обучения (перечне необходимого оборудования, инструментов и материалов в расчете на объединение обучающихся).

Программа приобщает школьников к спорту с детства, что дает человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, четкость и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы, т.е развивает качества, так необходимые ребенку во взрослой жизни. Педагогическая целесообразность применения данной программы состоит в использовании эффективных средств физического воспитания дошкольников. В ряду наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками футбол занимает видное место. И это не случайно. В первую очередь - эта игра неприхотлива. В футбол можно играть как на улице, так и в спортивном зале. Практически можно с успехом использовать любое ровное место. Однако, несмотря на свою простоту, эта игра обладает рядом интереснейших особенностей, делающих ее особенно привлекательной именно для дошкольников. Во-первых, здесь каждый игрок чаще соприкасается с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в футболе забивается довольно много голов; в-третьих, во время матча мяч практически не покидает площадку, а игра проходит динамично, без

вынужденных и утомительных остановок, что способствует мотивации игры в футбол. Вот почему сегодня в футбол с увлечением играют не только мальчики, но и девочки. В основе реализации программы используются разнообразные формы и методы работы с дошкольниками:

- словесные;
- наглядные (демонстрации);
- практические.

Педагогические средства и методы программы направлены на то, чтобы каждый ребёнок нашёл себя в движениях, соответствующих его двигательным задаткам и умениям, что поможет ему самостоятельно и с чувством удовлетворения поддерживать интерес к игре в футбол. Содержание программы по обучению дошкольников элементам игры в футбол соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;
- современным образовательным технологиям, которые отражены в принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, результативности);

Содержание образовательной программы направлено на:

- создание условий для развития личности ребенка;
- развитие мотивации к занятию спортом (футболом);
- обеспечение эмоционального благополучия ребенка;
- профилактику асоциального поведения;
- укрепление психического и физического здоровья;
- взаимодействие педагога с семьей.

Таблица №1

Структура обучения детей школьного возраста элементам игры в футбол.

мотивационно-ценностный	знаниевый	операционно-двигательный
<ul style="list-style-type: none"> -желание научиться играть в футбол; -формирование интереса к футболу как к виду спорта; -воспитание положительного отношения и любви к спортивным играм с мячом; -потребность к самостоятельным занятиям футболом; -воспитание дружеских отношений в процессе коллективной игры в футбол 	<ul style="list-style-type: none"> -знания о технических и тактических приемах ведения игры в футбол; -знания о правилах игры в футбол; -формирование комплекса знаний о технике, действиях, функциях игроков, способах их выбора в зависимости от игровой ситуации, использование инвентаря, устройство спортивной площадки. 	<ul style="list-style-type: none"> -умения выполнять основные общефизические упражнения; -специальные умения по технике ведения мяча в футболе; -скоростно-силовые умения; -двигательная выносливость

Формирование действий с мячом у детей дошкольного возраста при обучении элементам игры в футбол требует определенного напряжения мыслительной деятельности воспитанников: анализа ситуации, принятия решения, соответствующего обстановке, предвидение возможных действий противника. Игра в футбол - командная, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, ведение, остановки, удары, передачи, ловля, вбрасывания, финты, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнеров по игре.

Игра в футбол отличается от подвижных игр большей определенностью. Состав команд ограничивается установленным числом участников, а продолжительность игры - определенным временем. Она имеет установленные правила, которые определяют точность двигательных действий, проводится при участии судьи. Обязательными являются правильная разметка площадки, соответствующее оборудование и инвентарь.

Техника игры в футбол складывается из двух видов действий. Для одного из них характерны движения, выполняемые без мяча и с мячом без передачи его партнеру. К ним относятся: ходьба, бег, прыжки, повороты, «ложные»

движения. Вторым видом действий более специфичным для футбола – удары по мячу ногами, прием (остановка) мяча, его ведение и финт, отбор, а также специальные технические приемы вратаря.

Важнейшим принципом отбора содержания для начального обучения приемам игры в футбол детей дошкольного возраста является выделение тех действий с мячом и без него, которые:

- составляют основу техники любой подвижной и спортивной игры с мячом;
- доступны детям старшего дошкольного возраста;
- дают наиболее эффективный результат в решении игровых задач.

Отобранные для разучивания действия должны обеспечить соответствие необходимого для их усвоения напряжения сил с уровнем развития занимающихся. Для успешного овладения действиями с мячом необходимо научить детей таким приемам перемещения, как бег, повороты, остановки, а также действия с мячом: передача мяча правой ногой и левой ногой, ловля мяча, ведение мяча правой ногой по прямой с изменением направления, при противодействии другого игрока, удары по мячу.

На начальном этапе основной задачей обучения является формирование определенных умений обращаться с мячом, ощущать его свойства и производить в соответствии с ними разнообразные движения. Поэтому в этот период целесообразно дать много двигательных действий, а также свободно поиграть с мячом. Нужно добиться, чтобы детям понравились занятия с мячом, чтобы они после игр оставались довольными и с нетерпением ждали возможности еще поиграть.

Не менее важно научить детей принимать и в дальнейшем сохранять защитную стойку футболиста, так как в этой игре каждый ее участник должен быть в любой момент готов к противодействию маневру соперников, в том числе и их непредсказуемому действию. Приняв такую стойку, обороняющийся получает возможность перемещаться в любом направлении и с такой скоростью, которая позволяет эффективно контролировать действия атакующих, т.е. быстро маневрировать на площадке. Защитная стойка представляет собой позицию игрока на расставленных на ширину плеч ногах, согнутых в коленных суставах. Руки игрока располагаются чуть ниже пояса, помогая сохранению равновесия, спина не напрягается, а тяжесть тела распределяется на обе ноги.

После того как дети научатся правильно выполнять защитную стойку, передвигаться по площадке, можно учить их приему (остановке) мяча, начиная с освоения приема катящихся мячей (внутренней стороной стопы и подъемом, грудью, головой и т.д.), после этого перейти к разучиванию приема мяча различными частями тела в движении и в прыжке. В футболе прием (остановка) мяча достигается амортизирующим движением той или иной части тела, расслаблением определенных мышечных групп, а также накрыванием мяча стопой, животом, голенью. Интенсивность игры, повышенные скоростные действия игроков, отличающие этот вид спорта, не позволяют игрокам при приеме мяча полностью его останавливать. Как правило, игроки вынуждены в игре сразу же переводить мяч в удобное положение для последующих игровых действий. Переводы осуществляются в ту или иную сторону, а также за спину.

Выполнение приема (остановки) мяча, а также других элементов футбола в разных условиях в сочетании с другими действиями способствуют совершенствованию изучаемого действия, умению в дальнейшем самостоятельно применять его в игровых ситуациях.

Параллельно приему (остановке) мяча необходимо обучать детей ведению, или дриблингу (выполняется внешней частью подъема, внутренней частью подъема, внутренней стороной стопы, серединой стопы, носком и подошвой). Используется в футболе для выхода игрока, владеющего мячом, на выгодную позицию для выполнения передачи партнеру или удара по воротам. В игре в футбол ведение мяча выполняется обеими ногами. Выполняя дриблинг, игрок слегка наклоняет вперед верхнюю часть туловища, прикрывая таким образом мяч от соперников. При этом взгляд не должен быть постоянно прикован к мячу, так как футболист одновременно должен зрительно контролировать перемещения по площадке партнеров и соперников, действуя в соответствии со складывающейся игровой ситуацией.

Затем следует научить детей правильно делать удары по мячу ногами – основа техники игры в футбол. Удары по мячу ногами игрокам приходится выполнять в самых различных ситуациях и положениях, по неподвижным, катящимся, летящим мячам – с места, в движении, в прыжке, в падении, с поворотами и пр.

В футболе игрокам часто приходится выполнять обманные движения – финты. Цель этих тактических приемов – сохранить мяч, обыграть соперника, освободиться от его опеки. Финты выполняются как туловищем, так и ногами. При их выполнении используются различные варианты уходов с мячом

(вперед, назад, влево), убирание мяча, пропуск мяча партнеру, а также их сочетания.

К элементам игры в футбол также относятся основные приемы отбора мяча у соперника. Отбор, как правило, осуществляется в момент приема мяча соперником, во время дриблинга, а также при попытках пробить по воротам или выполнить передачу мяча партнеру. Заметив, что соперник на какое-то мгновение потерял контроль над мячом или отпустил мяч от себя слишком далеко, обороняющийся игрок предпринимает рывок к мячу. Отбор осуществляется в зависимости от расположения относительно друг друга противоборствующих игроков: спереди, сбоку или сзади, сбоку.

Подвижные игры как средство формирования начальных умений к подготовке игры в футбол.

Одна из основных задач тренера воспитателя привить любовь в футболу к спорту в целом, чтобы заинтересовать детей и получить массу положительных эмоций. Для этого рекомендуем проводить тренировки через подвижные игровые упражнения.

В развитии двигательной деятельности ребенка дошкольного возраста подвижной игре принадлежит ведущая роль. Е.А. Аркин определяет подвижную игру как мощное и незаменимое средство воспитания ребенка, основной рычаг дошкольного воспитания. Преимущество игры среди различных физических упражнений он видит в эмоциональной насыщенности, придающей ей особую привлекательность, мобилизующей силы детей, доставляющей радость и удовлетворение; в характере двигательной деятельности, содействующей работе значительной массы крупных мышц (бег, прыжки, бросание); в разнообразии движений, устраняющем опасность утомления; в возможности регулирования самими детьми темпа и энергии движений; в проявлении личной инициативы и развитии психических качеств - смелости, дисциплины, находчивости и т.д.

Интенсивная мышечная деятельность содействует развитию гибкости скелета, суставов, скелетных мышц, увеличивает их мускульную силу, развивает необходимую координацию. Игры способствуют развитию моторики ребенка, уменьшению заторможенности, умению соразмерять движения в соответствии с задачей. Использование разнообразных действий и движений в игре активизирует деятельность всей двигательной области коры головного мозга. Следовательно, игра целостно воздействует на организм ребенка, активизирует взаимосвязанные функции органов и систем, в том числе и нервной системы, что в свою очередь повышает функциональный уровень всей психической деятельности ребенка.

Оздоровительный эффект, достигаемый при проведении подвижных игр, тесно связан с положительными эмоциями детей, возникающими в процессе игровой деятельности и благотворно влияющими на психику ребенка. Эмоциональный подъем (радость, удовольствие, приподнятость, воодушевление) создает у детей повышенный тонус всего организма. Стремление детей к достижению общей для всех цели выражается в ясном осознании задачи, в лучшей координации движений, более точной ориентировке в пространстве и игровых условиях, в ускоренном темпе выполнения заданий. При такой увлеченности детей и захватившей их радостной устремленности к достижению цели повышается роль воли, помогающей преодолевать различные препятствия. Подвижная игра как двигательная деятельность обладает определенной спецификой. Она требует от ребенка быстрой реакции на сигналы и неожиданные изменения игровой обстановки. Ребенок учится регулировать свою двигательную деятельность с учетом правил игры. Различные ситуации, возникающие в игре, создают необходимость в изменении характера движения и действий, степени мышечного напряжения, быстром изменении направления движения.

Такая активная двигательная деятельность тренирует нервную систему ребенка, совершенствуя и уравнивая процессы возбуждения и торможения. Для подвижной игры характерно, как указывалось выше, самостоятельное использование ребенком различных физических движений: бег, прыжки, ходьба, смена темпа движения и т.п. Таким образом, ребенок учится регулировать степень напряжения внимания и мышечной деятельности: в зависимости от складывающейся игровой ситуации он может чередовать движения с отдыхом. Все это содействует воспитанию наблюдательности, способности ориентироваться в изменяющихся условиях окружающей среды, находить выход из создавшегося положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, выбирать самостоятельно способ достижения цели. Подвижные игры служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков.

Классификация подвижных игр.

1. Сюжетные игры.	Игры, в которых действия детей определяются сюжетом и той ролью, которую они выполняют. Несложные правила являются обязательными для всех участников и позволяют регулировать поведение детей. Количество участников – от 5 до 15 человек.
2. Игры без сюжета.	Игры, построенные по принципу разнообразных догонялок, основанные на беге с ловлей и увертыванием. Наличие этих элементов делает игры особенно подвижными, эмоциональными, требующими от детей быстроты и ловкости движений. К этой же группе относятся игры, которые проводятся с использованием различных предметов и основаны на бросании, метании, попадании в цель.
3. Игровые упражнения.	Основаны на выполнении определенных двигательных заданий и направлены на изучение различных видов движений. Выполнение может происходить как одновременно, так и поочередно.
4. Игры с элементами соревнования.	Несложные игры, основанные на выполнении определенных двигательных заданий, в которых присутствует элемент соревнования, что способствует большей активности и проявлению детьми волевых качеств. Этим они отличаются от бессюжетных игры. Как правило такие игры организуются в форме эстафет. Игры могут проводиться как с разделением на звенья, так и без него.
5. Игры спортивного характера.	Игры в футбол по упрощенным правилам. В таких играх используются несложные элементы техники и правил игры в футбол, которые доступны детям старшего дошкольного возраста и будут необходимы для занятий футболом в старших возрастах.

Содержание и методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах (подбор игр, руководство игрой - распределение ролей, контроль за ходом игры, подведение итогов) имеет свои особенности:

- ◆ **Подбор игр.**

Подвижные игры должны обеспечить разностороннее развитие моторной сферы детей, а также способствовать формированию их умений действовать в коллективе, ориентироваться в пространстве, выполнять действия в соответствии с правилами или текстом игры. Поэтому надо использовать подвижные игры и упражнения не только разнообразные по содержанию, но и по организации детей, по сложности согласования движений. Содержание игр должно соответствовать уровню развития и подготовленности играющих, быть доступным и интересным для них. Трудность подвижных игр и игровых упражнений для детей от 3 до 6 лет неодинакова, она зависит от насыщенности их различными моторными действиями. Следует так подбирать игры, чтобы двигательные задания в них, даже основанные на одном и том же движении, усложнялись постепенно.

Итак, первое требование, которым надо руководствоваться при отборе подвижных игр - соответствие содержания игровых действий, правил, возрастным особенностям детей, их представлениям, умениям, навыкам, знаниям об окружающем мире, их возможностям в познании нового.

- ◆ **Руководство подвижной игрой.**

При проведении подвижной игры необходимо помнить о выполнении основных образовательно-воспитательных задач:

- 1) развитие и совершенствование движений детей. Малыши должны соблюдать, хотя бы в общих чертах, обусловленный сюжетом и правилами способ выполнения движений. По мере приобретения детьми двигательного опыта требования к выполнению движений должны увеличиваться;

- 2) приучать детей действовать в коллективе в соответствии с правилами игры. При этом большое внимание уделяется воспитанию у детей организованности, дисциплины, умения сдерживать себя, выполнять

двигательные задания по сигналу. Для развития личности ребенка дошкольного возраста еще сохраняется та огромная роль постоянных контактов ребенка со взрослыми, которая так ярко проявляется на предшествующих этапах развития. Ответственным моментом, влияющим на ход игры, является объяснение ее воспитателем. Объяснять малышам игру надо эмоционально, выразительно, стараясь интонациями своего голоса охарактеризовать персонажей. Игровые упражнения также сопровождаются пояснениями, приговариванием от начала до конца. Такие пояснения, своеобразное подсказывание по ходу действия, помогают ребенку достичь определенного результата в выполнении движения.

- ◆ **Вариантность игр**

Существуют различные варианты подвижных игр. Вариантность позволяет использовать их более целесообразно, с учетом подготовленности детей. Подвижные игры можно постепенно усложнять, но последовательность действий и эпизодов остается при этом постоянной. Изменения должны быть всегда обоснованными. Можно, например, усложнять двигательные задания, увеличивая расстояние (для бега, прыжков, метаний), или вводить новые виды движений (ходьбу и бег между предметами, по мостику в игре "Поезд" и др.). Возможны также изменения темпа движения, количества детей в подгруппе, усложнение правил (например, сначала все бегут и занимают любое место, а затем только определенное). Другой пример: в одном варианте дети помогают воспитателю ловить мышек, в другом, более сложном самостоятельно выполняют роль кошки. Усложняются и взаимодействия играющих: вначале дети просто бегут, а затем убегают от ловящего ("Догонялки", "Догонялки с хвостиками", " Мостики", "Цепочка")

Таким образом, подвижная игра направлена на достижение физических и психологических целей воспитания дошкольников. Подвижная игра - основная форма работы с дошкольниками по физической культуре. Подвижная игра всегда находит в ребенке бодрую готовность и радостный отклик. Ей принадлежит ведущая роль в совершенствовании системы

физического воспитания. Активные двигательные действия при эмоциональном подъеме способствуют значительному усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, благодаря чему происходит улучшение обмена веществ в организме и соответствующая тренировка функций различных систем и органов.

В живой увлекательной форме у детей закрепляются навыки основных движений, воспитываются важнейшие физические и морально-волевые качества.

Педагогические условия в организации проведения подвижных игр в процессе подготовки игры в футбол.

Педагогические условия - целенаправленный комплекс мероприятий, создаваемый педагогом, способствующий развитию физического воспитания.

Любая игра, применяемая в процессе воспитания детей, не должна оказывать отрицательного влияния на их здоровье. Педагогу необходимо, с одной стороны, регулировать нагрузку, получаемую детьми в играх, в зависимости от их здоровья, уровня физической подготовки, возраста, пола и индивидуальных особенностей, с другой стороны, - обеспечивать проведение врачебного и педагогического контроля.

Педагог должен стремиться:

- укреплять здоровье занимающихся;
- воспитывать необходимые морально-волевые качества;
- формировать организаторские способности;
- содействовать формированию жизненно необходимых навыков и умений;
- учитывать психофизические особенности каждого ребенка.

Чтобы интерес к игре у детей не снижался и одновременно выполнялись поставленные задачи, необходимо:

- из числа известных игр выбрать ту, что в большей степени соответствует поставленной задаче;
- оценить доступность игр и использовать такую, которая соответствует физическому и умственному развитию играющих. Излишняя сложность игры снижает интерес к ней, а чрезмерная простота не требует мобилизации и поэтому не развивает;
- место для игры должно быть предварительно хорошо подготовлено.

Главная задача - приучить ребят к сознательным действиям, научить управлять своими движениями, анализировать и сравнивать их, иначе их действия будут только имитационными.

В игровой деятельности создаются благоприятные условия для развития внимания, памяти, ориентации. Подвижные игры позволяют раскрывать потенциальные возможности и творческую инициативу ребенка, поскольку:

- создают условия для их активности;
- предоставляют возможность выбора;
- создают проблемные ситуации, из которых дети ищут выход сами;
- предлагают придумывать новые игры, эстафеты, мини-соревнования, упражнения для своих товарищей;
- нацеливают на способ достижения результата;
- учат осмысливать, контролировать и оценивать собственные действия и действия своих товарищей;
- развивают учебно-познавательные мотивы.

Подготовка к проведению игры

Выбор игр зависит от поставленной задачи. Определяя ее, тренер учитывает возрастные особенности детей, их развитие, физическую подготовленность, условия и количество детей. Выбор игры зависит также от места ее проведения, погоды и температуры воздуха, от наличия пособия и инвентаря. Перед проведением игры на местности руководитель должен заранее ознакомиться с местностью и наметить условные границы для игры.

Подготовка инвентаря к играм. Для проведения подвижных игр нужны флажки, цветные повязки, палки, мячи, кегли, вожжи и т.п. Желательно, чтобы инвентарь был красочным, ярким, заметным в игре (это особенно важно для малышей). По размеру и весу инвентарь должен соответствовать силам играющих. Количество инвентаря необходимо предусмотреть заранее.

Предварительный анализ игры. Педагог должен предварительно продумать весь процесс игры и предвидеть, какие моменты ее могут вызвать азарт, нечестное поведение играющих, падение интересов, чтобы заранее продумать, как предотвратить эти нежелательные явления. Организация играющих.

Объяснение игры

Успех игры в значительной мере зависит от объяснения. Приступая к рассказу, тренер должен представить себе всю игру. Рассказ должен быть кратким: длительное объяснение может отрицательно сказаться на восприятии игры (исключение составляют игры с малышами, которые можно объяснить в сказочной, увлекательной форме). Рассказ должен быть логичным, последовательным. Рекомендуется следующий план изложения: название игры, роль играющих и их места расположения, ход игры, цель и правила. Для лучшего усвоения игры рассказ рекомендуется сопровождать показом.

Выделение водящих

Выделять водящих можно разными способами:

1. По назначению тренера. Преимущество этого способа – быстро выбран наиболее подходящий водящий. Но при этом подавляется инициатива играющих.
2. По выбору играющих. Этот способ позволяет выявить коллективное желание детей, которые обычно выбирают наиболее достойных-водящих.
3. По результатам предыдущих игр. В качестве поощрения водящим становится игрок, оказавшийся в предыдущей игре наиболее ловким, быстрым и т.д.

Распределение на команды.

Распределение на команды производится различными способами: по усмотрению тренера, путем расчета в шеренге, по договоренности, по назначению капитанов.

Руководство процессом игры.

Тренер должен заинтересовать детей игрой, увлечь их. Иногда стоит самому участвовать в игре, увлекая детей своим поведением. Надо приучать детей сознательно соблюдать правила игры. Необходимо добиваться сознательной дисциплины, честного выполнения правил и обязанностей, возложенных на игроков. В процессе игры следует развивать творчество играющих. Каждая

игра требует объективного, беспристрастного судейства. Тренер следит за правильным выполнением приемов в игре, что способствует улучшению техники игры и в целом повышает интерес к ней.

Дозировка физических нагрузок.

В подвижных играх трудно учесть возможности каждого участника, а также его физическое состояние в данное время. Надо обеспечить оптимальные нагрузки. Во время занятий следует чередовать игры интенсивные с малоподвижными. Не надо допускать, чтобы водящие длительное время находились в движении без отдыха.

Длительность игры. Продолжительность игры зависит от характера игры, условий занятий и состава занимающихся. Очень важно закончить игру своевременно. Как только появятся первые признаки утомления, игру следует заканчивать, но окончание не должно быть для участников ожидаемым.

Подведение итогов. По окончании игры руководитель должен объявить ее результат, разобрать игру, указав на ошибки в технических приемах и в тактике, отметить детей, которые хорошо играли, соблюдали правила игры и проявляли творческую инициативу.

В процессе организации занятий важным методом является личный пример взрослого – тренера-воспитателя, который должен учитывать следующие факторы:

- ♦ Интересно должно быть всем. Продумывая своё тренировочное занятие, делайте так, чтобы было интересно и мальчикам и девочкам.
- ♦ Заинтересовать воспитанников можно только при условии личной вовлеченности тренера, которая проявляется не только в громкости и темпе речи, но и в интонации.
- ♦ Не обращайтесь на отговорки! Часто дети преждевременно негативно настроены к игре, не стоит расстраиваться, такое часто и со взрослыми бывает. Втягивайте их в игру и сделайте её максимально

интересной, так как если будет не очень, то они лишь утвердятся в своей правоте. Следовательно, все мероприятия должны быть хорошо продуманы и проведены (чтобы те, кто не участвовал, потом позавидовали!)

- Ведение тренировочного занятия. Вести весело, с задором. Вы сами должны быть настроены оптимистично, в противном случае эффект будет не лучшим. Это относится к любому мероприятию, начиная с зарядки.
- Должна быть заинтересованность со стороны детей в виде проявления активности и инициативы.
- Не перегружайте! Каждые 15 минут лучше делать разрядку (пошутить, дать посмеяться, переключиться на что-нибудь другое). Смена видов деятельности во время занятия позволяет поддерживать активность воспитанников на протяжении всего занятия.
- Поддерживайте идеи. Подхватывайте любую инициативу и проявление самостоятельности детей.

При проведении игры опирайтесь на следующую схему:

1. Подготовительная часть игры. Если для проведения игры Вам требуются дополнительные материалы, подготовьте их заранее. Пусть ребята займут исходные позиции для объявления правил игры.
2. Вводная часть. Расскажите о правилах игры. Старайтесь говорить четко, кратко, на языке понятным детям, уточняйте, что они поняли из правил.
3. Основная часть. В процессе игры Вы можете участвовать или нет. Есть игры, в которых Ваше участие обязательно, например: если ребята разбивается на пары и один ребенок остается без пары, то Вы должны принять участие в игре, чтобы ребенок не почувствовал себя вне коллектива и, наоборот, если пар хватило всем, то Вам следует не принимать участия в игре. Вы должны следить за исполнением всеми участниками игры заданных правил, смотреть, как ребята общаются во время игры, чтоб не допустить грубость между участниками.

4. Заключительная часть. Каждая игра должна иметь логическое завершение. Это может быть: подведение итогов и объявление победителей, поощрение всех участников по номинациям, вывод, отвечающий смыслу игры или, как минимум, одобрение и похвала.

Важные моменты для проведения игр:

1. Тщательная подготовка и тренировка. Хорошо изучите игру. Запомните правила и научитесь объяснять их ясно и простыми словами.
2. Для первой игры лучше подобрать ту, в которой будут участвовать все, не делясь на группы, а всей группой. Это задаст хороший настрой на последующие игры.
3. Заранее подготовьте необходимый реквизит и принесите к месту проведения.
4. Позаботьтесь о дисциплине до и вовремя объяснения правил игры.
5. Лучше, если после объяснения несколько ребят покажут, что предстоит делать. Зрительное восприятие всегда лучше, чем словесное описание.
6. В основном используйте массовые игры. Планируйте особые задания для тех, кто по какой-то причине не может принимать активное участие в игре.
7. Проводите игру оживлённо и не затягивая. Завершить игру нужно до того, как пропадёт к ней интерес.
8. Всегда имейте «в запасе» ещё несколько игр на всякий непредвиденный случай, например, дождь, поломанный реквизит, отсутствие интереса у детей и другое.
9. Ознакомьтесь с различными формами проведения игр: в кругу, эстафета по кругу и т.д. Заранее продумайте, как группа будет перестраиваться из одной формы организации игры в другую.
10. Учитывайте обстановку, когда инструктируете детей. Они не должны испытывать дискомфорт, чтобы полностью сосредоточиться на подготовке к игре.

11. Если в игре предполагаются победители, обязательно уделите внимание их объявлению и поздравлению. Всегда приятны признание и похвала. Нет необходимости слишком на этом концентрироваться. Ребята должны учиться и побеждать и проигрывать.

12. Будьте сами увлечены происходящим!

Школьная группа 7-12 лет.

Цель: формирование начальных навыков игры в футбол.

Задачи:

- развитие и совершенствование физических упражнений, способствующих укрепления костно-мышечного аппарата.
- учить правилам игры в футбол , совершенствовать начальные элементы игры в футболе.
- воспитывать чувство команды, ответственность, волевые качества.

1. «Мостики»

Описание: тренера догоняют детей , до кого дотронуться нужно встать на мостик, кого не поймали должны проползти «размять»,потом можно дальше убегать. Дети могут так же догонять, надев им манишки, чтобы видели кто «мает».

2. «Казак разбойники»

Описание: дети делятся на две команды , кто-то будет из них «казак», а кто-то «разбойником», сбоку или сзади одеваются манишки условно оранжевого и синего цвета, задача сорвать манишку соперника ,оставив свою в сохранности. У кого сорвали, те покидают игру ,победит та команда ,кто сорвёт больше манишек «чужого цвета»

3. «Цепочка»

Описание: Тренер догоняет, кого коснётся, берёт за руку, и совместно решив, кого будут догонять следующего, цепочка должна быть, максимальна собрана, самое главное ,чтобы она не разъединилась, выигрывает тот кого кто

останется последним, потом он начинает догонять. Можно делать две цепочки из двух человек.

4. «Хвостики»

Описание: Один ребёнок «мается», а у остальных у всех хвостики, у кого он снимает, помогает ему догонять, выиграет тот, кто останется последним с хвостиком.

5. «Найди себе пару»

Описание: Одна группа ребят получает манишки синего цвета, другая красного. По сигналу тренера дети разбегаются по всей площадке. На сигнал «найди пару» дети, у которых одинаковые манишки, встают парой. Если количество играющих нечётное, то тренер играет вместе с детьми. Можно так же это упражнение применять в мостике, тренер догоняет, а по свисточку нужно найти пару себе.

6. «Хвостики №2»

Описание: тренера, надевают манишки сбоку, или сзади, дети должны догнать и сорвать. В следующей. Так же потом кто сорвал хвостики, может надеть его себе, и уже можно их будет догонять.

7.«Чай –чай», выручай.

Описание: Тренера догоняют детей, до кого они дотрагиваются, останавливаются, руки в сторону, ноги чуть пошире, и нужно прокричать, «чай-чай», выручай, а остальные должны, кого не поймали, пролезть между ножек спасти. В следующий раз тренер назначает водящих, одев им манишки.

Гимнастика начинается с головы, можно использовать как в младшей группе, также разнообразить её

1.Руки на поясе, круговое движение головы сначала в одну сторону, потом в другую.

2.Руки на плечах, вращение вперёд несколько раз и так же назад.

3. Руки в сторону, вращение вперёд и назад. Как будто плывём от кого то.

4. Одна рука на поясе, другая вверху, делаем наклоны сначала в одну сторону, потом меняем и в другую.

5. Руки на поясе, делаем движение из стороны в сторону, как часики.

6. Руки на поясе, круговое движение тазобедренного сустава.
7. Ножки вместе, нагибается спина нужно достать до носочка.
8. Ножки шире плеч, двумя руками касаемся левой ноги, середины, правой и выпрямляемся. Несколько раз.
9. Разминаем голеностоп правой и левой ноги, круговое движение.
10. Бег на месте. Коленки поднимаем как можно выше.
11. Прыжки на носочках, как на батуте.
12. Движение на месте. Вперёд назад и скрещивание ног.
13. Садимся на пол, газон. Ножки вместе, головой нужно коснуться ног.
14. Садимся на пол, газон. Ножки вместе, машем ножками, как крыльями.
15. Велосипед. Ложимся на пол поднимаем ножки вверх и делаем движение, ногами не касаясь, пола.
16. Ножницы. Ложимся на пол поднимаем ножки вверх и делаем скрещивание ног.

«Паровозик» введение мяча в ногах

1. Внешней толкнуть, подошвой остановить
2. Внутренней толкнуть, подошвой остановить
3. Внутренней стороной, левой - правой, между ножек вперёд
4. Внутренней стороной, левой, правой, между ножек назад
5. Внешней левой, правой
6. Подошвой вперёд, ноги меняем
7. Спиной вперёд, подошвой, ноги меняем.
8. Боковое движение подошвой
9. Внутренней и внешней стороной стопы , одной ногой, потом другой
10. Произвольное движение с ускорением.

11. Только внутренней стороной стопы с ускорением.

12. Только внешней стороны с ускорением.

Разминка в парах

1. Стоим спиной друг к другу , передаём мяч сначала с одной стороны потом с другой.
2. Стоим спиной друг к другу, передаём мяч снизу вверх.
3. Держимся друг за друга стоим на одной ноге и тянем ногу к себе, потом меняем ногу.
4. Держимся друг за друга, стоим на одной ноге делаем махи ногой вперёд назад, меняем ногу.
5. Стоим, друг напротив друга, и стараемся оказывать сопротивление.
6. Ложимся на пол и стараемся передать быстро мяч партнёру.
7. Стоим на небольшом расстоянии друг от друга, мяч между партнёрами, сначала один касается мяча, потом другой ,обратно спиной вперёд.

Игра «Гонки» или «Машинки» включает в себе ряд упражнений: техника , дриблинг, чувства мяча ,координация, ловкость, быстрое принятие решения, сообразительность, внимание, реакция. Поэтому этому упражнению больше уделяется времени в тренировочном процессе. От уровня подготовки и времени нахождения в группе детей, усложняем движения, упражнения, задания. Начинаем всё с лёгкого и простого.

Описание: Разграничиваем площадку фишками, каждый ребёнок берёт мяч, мяч-это машинка, и делает различные движения и упражнения ,что показывает тренер, когда даётся свисток ,то это команда «стоп» ногу ставим на мяч руки и в сторону ,выполняем упражнение на месте

Ключевые моменты: Контролировать мяч, как можно чаще касаться мяча, поднимать голову.

Движения

1.1-я скорость - ведём спокойно мяч, контролируем.

2. 2-я скорость - ускоряем движение, при этом как можно чаще касаемся мяча

3. 3-я скорость - быстрая скорость
4. Между ножек, внутренней стороной стопы
5. Задний ход, спиной вперёд.
6. Подошвой вперёд или в сторону
7. Внешней толкнули, подошвой остановили.
8. Внутренней и внешней одной ногой, потом меняем ножку.
9. Только внешней левой и правой
10. Разворот.
11. Спиной вперёд между ножек, внутренней стороной стопы.
12. Перемахи от себя левой, правой ногой.

Игра «Пираты»

Описание: ограничиваем площадку фишками, тренер с мячом должен попасть в ребят, они бегают внутри квадрата и стараются быстро убежать, увернуться от удара, чтобы в них не попали. В кого попадают, берёт мяч и попадает в других. Выиграет тот, кто останется последним, потом он выбывает в следующей игре.

Игра «Вышибалы»

Описание: делаем круг из фишек, ребята должны распределиться по кругу встать рядом с фишкой, тренера встают внутри круга, дети должны пасоваться друг с другом, и попасть в тренера ударом.

Ключевые моменты: точность паса; остановка мяча; быстрое принятие решения; точность удара.

Игра «Ручной мяч»

Описание: ограничиваем площадку, делимся на две команды, передаём мяч руками, стараемся использовать два касания, принял и отдал пас. Можно усложнять игру пас через третьего, или забивать гол слёта, или просто руками, всё зависит от степени готовности группы.

Ключевые моменты: Открываемся как можно шире, с мячом не нужно бежать, за одним мячом и толпой. Поднимаем голову, ищем партнёра по команде.

Игра «Контроль мяча»

Описание: контролируем мяч на определённом участке, делим на 2 команды.

Ключевые моменты: стараемся использовать как можно меньше касаний, правильно открываемся, быстро принимаем решение кому отдать пас использовать всю ширину, толпой не бежим.

Игра «Эстафета»

Описание: делим на команды, обозначаем начало движения и конец в виде фишек. Эстафеты могут быть различных типов, ведение мяча ногами, мяч в руках или различные движение без мяча. Эстафета даёт заряд энергии, веселья и много позитивных моментов. В этой игре задействованы очень много полезных спортивных элементов: скорость, координация, ловкость, реакция, сплочённость.

Ключевые моменты: удобно и правильно передавать мяч партнёру.

Упражнения на ведение мяча

1. От линии к линии.

Описание: движения используем все те же самые что в «машинках» или «паровозике», усложняем от уровня готовности группы.

2. Ведение в колоннах

Описание: делим на две группы ребят, им нужно встать напротив друг друга. Сначала ведём мяч из одной колонны в другую, оставляем удобно мяч партнёру и перебегаем в конец колонны. Используем различные движения

3. Ведение в парах

Описание: делимся на пары и внутри квадрата делаем движения, которые скажет тренер и после этого нужно отдать пас партнёру, можно использовать различные финты и движения, играть в два касания, закрывать мяч корпусом.

4. Повтор движений в парах

Описание: Делимся на пары у каждого мяч, один делает движение, другой повторяет, потом наоборот.

5. Обводка фишек

Описание: фишки ставим на небольшом расстоянии, обводим фишки змейкой, задействуем внутреннюю и внешнюю сторону стопы. От степени готовности группы усложняем движения и меняем рисунок фишек.

Ключевые моменты: контроль мяча, касаться как можно чаще мяча, поднимать голову. Задействовать нужно обе ноги

Упражнения в пас.

1. Пас с тренером.

Описание: Делимся на две колонны, тренер с мячом отдаёт пас, игрок останавливает подошвой, потом внутренней стороной стопы, смотрит где находится тренер и отдаёт точный пас внутренней стороной стопы. Можно усложнять упражнения от уровня готовности группы.

2. Пас друг с другом

Описание: небольшое расстояние друг от друга, можно обозначать фишками, отдаем пас внутренней стороной стопы, партнёр делает шаг к мячу останавливает подошвой, потом внутренней, обязательно нужно поднять голову посмотреть на партнёра, где он находится.

3. Пас в колоннах

Описание: делимся на две группы, стоим напротив друг другу, отдаёмся пас и перебегает, в другую и встаём в конец колонны. Сначала играем в два касания потом можно и в одно.

4. Пас между фишек с тренером.

Описание: небольшое расстояние между фишек, тренер и игрок встаёт напротив друг друга, и в движении отдают пас между фишек, сначала используется два касания, потом одно.

5. Квадрат

Описание: можно использовать круг или квадрат, тренера в роли, отбирающих, задача ребят отдать мяч ближнему точный пас и правильно

открыться если это квадрат. Касания в кругу или квадрате использовать по уровню готовности группы.

Ключевые моменты: тренер должен доступно и чётко объяснить, как нужно принимать мяч, как отдавать пас при этом нужно всегда смотреть на партнёра. Задействовать нужно обе ноги.

Отработка удара

1. С места.
2. Через стеночку.
3. В движении, в различных упражнениях.

Ключевые моменты: тренеру нужно детально и правильно объяснить, как нужно бить с подъёма. Задействовать нужно обе ноги.

Упражнения в парах

1. Двигаемся параллельно друг другу от одних ворот к другим, пас партнёру нужно отдавать чуть вперёд, одним касанием остановить, вторым отдать пас на одной стороне нужно остановить левой ногой и отдать этой же ногой, на другой – правой. Потом меняемся сторонами. Как подходим к воротам нужно забить гол, кто будет последний с мячом.
2. В парах один игрок с мячом, второй без, кто с мячом отдаётся пас, тот останавливает и делает движение к партнёру нужно обыграть и забить гол, кто без мяча – отобрать или выбить мяч, можно попасть в маленькие ворота.
3. Упражнение на внимательность, реакцию и быстроту действий. Оба игрока смотрят вперёд без мяча, тренер чуть позади, отдаёт пас вперёд, задача футболистов опередить друг друга, прокинуть мяч вперёд и пробить по воротам.
4. Смотрим вперёд, делаем круговое движение на месте, как бы крутимся, по свисточку тренера, нужно быстрее добежать до мяча и пробить.

Упражнение на координацию «Лестница»

1. Двумя ножками в каждую клеточку
2. Одной ногой в каждую клеточку

3. Ноги вместе прыжки вперёд
4. Ноги вместе, прыжки боком
5. На одной ножке прыжки, потом на другой
6. Одна нога внутри лестницы, вторая за пределами, меняем ногу.
7. Сбоку одна нога внутри лестницы, меняем ногу.
8. «Классики»
9. Два прыжка вперёд, один назад.
10. Сбоку две ноги в клеточку.
11. Боковое движение, чередование ног.

Футбол

Ключевые моменты: полное разъяснение до мелких мелочей: как открываемся, как держим игроков, проговариваем это каждый раз, рассказываем все правила футбола.

Календарный план тренировочного процесса

№	Содержание материала	Дата	
		по плану	фактич
1	Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.		
2	Основные правила игры в футбол		
3	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.		
4	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.		
5	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы		
6	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы		
7	Ведение мяча		
8	Ведение мяча		
9	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема		
10	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема		
11	Удар носком		
12	Удар серединой лба на месте		
13	Двухстороння игра		
14	Вбрасывание мяча из-за боковой линии		
15	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника		
16	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника		
17	Двухстороння игра		
18	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом		

19	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы		
20	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы		
21	Удар по летящему мячу средней частью подъема		
22	Удар по летящему мячу средней частью подъема		
23	Двухсторонняя игра		
24	Вбрасывание мяча из-за боковой линии		
25	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника		
26	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника		
27	Обманные движения (финты)		
28	Обманные движения (финты)		
29	Двухсторонняя игра		
30	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы		
31	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы		
32	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом		
33	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема		
34	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема		
35	Резаные удары		
36	Удар по мячу серединой лба		
37	Удар боковой частью лба		
38	Двухсторонняя игра		
39	Остановка катящегося мяча подошвой		
40	Остановка катящегося мяча подошвой		
41	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы		
42	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы		

43	Совершенствование техники ведения мяча		
44	Совершенствование техники ведения мяча		
45	Совершенствование техники защитных действий.		
46	Совершенствование техники защитных действий.		
47	Двухстороння игра		
48	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом		
49	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом		
50	Финт ударом		
51	Финт ударом		
52	Финт остановкой		
53	Финт остановкой		
54	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите		
55	Двухстороння игра		
56	Тактические действия в нападении		
57	Двухстороння игра		
58	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы		
59	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы		
60	Удар по летящему мячу средней частью подъема		
61	Удар по летящему мячу средней частью подъема		
62	Двухстороння игра		
63	Вбрасывание мяча из-за боковой линии		
64	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника		
65	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника		
66	Обманные движения (финты)		
67	Обманные движения (финты)		

68	Двухстороння игра		
69	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы		
70	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы		
71	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом		
72	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема		
73	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема		
74	Резаные удары		
75	Удар по мячу серединой лба		
76	Удар боковой частью лба		
77	Двухстороння игра		
78	Остановка катящегося мяча подошвой		
79	Остановка катящегося мяча подошвой		
80	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы		
81	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы		
82	Совершенствование техники ведения мяча		
83	Совершенствование техники ведения мяча		
84	Совершенствование техники защитных действий.		
85	Совершенствование техники защитных действий.		
86	Двухстороння игра		
87	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом		
88	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом		
89	Финт ударом		
90	Финт ударом		

91	Финт остановкой		
92	Финт остановкой		
93	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите		
94	Двухстороння игра		
95	Тактические действия в нападении		
96	Двухстороння игра		

Список литературы

1. 101 упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук
2. Игра футбольного вратаря. А. М. Акимов
3. Тренировка футболистов. Л. Качани, Л. Горский
4. Футбол для юных. Дж. Джармен
5. Эра Лобановского. Дэви Аркадьев
6. Физкультура и спорт. М.Д.Товаровский.
7. Интегральная подготовка футболистов. В.П.Губа, А.В.Лесаков, А.В.Антипов
8. Тренеры рассказывают. М. Якушин, Г. Качалин, Е. Лядин, В. Николаев, Г. Зонин, Н. Симонян, П. Сушков, А. Парамонов, Б. Цирик, А. Гринин, А. Пономарев.
9. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. А.В.Петухов