**КРУЖОК «ЮНЫЙ ФУТБОЛИСТ»**

*(проект)*

**Пояснительная записка**

Основа для создания проекта – социально-экономическая потребность в здоровом и активном подрастающем поколении. В числе первостепенных задач для педагогов и родителей сегодня стоит значимость создания таких условий, при которых дошкольники могли бы укрепить здоровье, улучшить физическую подготовленность, активно отдохнуть.

Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире, способствующих всестороннему развитию личности. Её отличает доступность (играть можно на любой ровной площадке), простота инвентаря (нужны только футбольные мячи) и высокая впечатлительность. Эмоциональная направленность - отличительная особенность обучения игре в футбол в дошкольном учреждении. Положительный эмоциональный настрой является важнейшей предпосылкой здоровья и поддерживает у детей интерес к физической культуре: испытав радость и удовольствие от игровых упражнений, ребята уходят с занятия с желанием вернуться ещё. Так формируется осознанный интерес и мотивация к занятиям не только футболом, но и физической культурой в целом.

В основу проекта положена игровая форма проведения занятий. В содержании занятий эффективно сочетаются спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры и сама игра в футбол.

Принципам доступности и индивидуального подхода отдаётся приоритетное значение, так как футбол, как и любая спортивная игра, является достаточно сложной для освоения дошкольниками. Индивидуальный подход достигается через подбор методов обучения и воспитания в зависимости от уровня усвоения учебного материала каждым ребёнком, а также учёта реакции его организма на данную ему физическую нагрузку.

Игра футбол развивает все физические качества: ловкость, быстроту, силу, выносливость, гибкость. Через элементы футбола формируются нравственно-волевые качества - целеустремленность, настойчивость, выдержка, смелость, умение работать в команде; активно развивается мотивационная и эмоциональная сферы.

**Цель проекта** – содействие оздоровлению и физическому развитию ребенка дошкольного возраста в процессе обучения игре в футбол.

**Задачи:**

1. формировать представление о здоровом образе жизни, о спорте, об игре в футбол;
2. ознакомить с основными правилами игры;
3. накапливать и обогащать двигательный опыт детей;
4. формировать первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в футбол;
5. содействовать в развитии физических качеств;
6. способствовать воспитанию морально-волевых качеств, уважительного отношения к себе и окружающим, умению работать в команде.

**Возраст детей и режим занятий**

Программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста 6-7 лет. Формирование групп происходит по половому признаку на свободной основе по желанию. Группа – 8 человек. Кружковыезанятия проводятся в спортивном зале 2 раза в неделю по 25-30 минут.

**Срок реализации проекта**

Программа рассчитана на 1 год.

**Предполагаемые результаты по реализации программы**: укрепление здоровья детей, повышение уровня двигательной активности, формирование двигательных умений и навыков, укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях, умение чувствовать себя комфортно в большом коллективе.

**Требования к уровню подготовки воспитанников.**

**Знать / понимать:**

- правила поведения и техники безопасности на занятиях и в спортивном зале;

- упрощенные правила игры в футбол.

**Уметь:**

- свободно ориентироваться на площадке;

- взаимодействовать друг с другом во время игры;

- выполнять основные технические приемы игры футбол;

- подчинять свои интересы интересам команды.

**Содержание программы:**

**Техника передвижения игрока:**

- бег с изменением направления;

- бег с изменением скорости;

- бег спиной вперед;

- бег приставными шагами.

**Удар по мячу:**

- внутренней стороной стопы по неподвижному и катящемуся мячу;

- удар серединой подъема по неподвижным и катящимся мячам;

- прямолинейное ведение и удар;

- обводка стоек и удар.

**Остановка мяча:**

- остановка мяча подошвой;

- остановка мяча внутренней стороной стопы;

- остановка летящего мяча стопой, бедром.

**Ведение мяча:**

- ведение внешней стороной подъема;

- ведение с разной скоростью и сменой направления;

- ведение с обводкой стоек;

- ведение с последующим ударом в цель;

- ведение после остановок разными способами.

**Передача мяча:**

- передачи, выполняемые разными частями стопы;

- передача неподвижного мяча;

- передача катящегося мяча.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **месяц** | **№ занятия** | **тема занятия** | **содержание** |
| сентябрь | 1 | Знакомство сигрой футбол | Бег прямой. Знакомство с техникой владения мяча (перемещение, ведение, передача, остановка, удар). Удары по воротам. |
| 2 | Ведение мяча | Бег прямой и спиной вперёд. Ведение мяча по прямой внешней стороной подъёма с разной скоростью. Игра в футбол. |
| 3-4 | Диагностика | Челночный бег 3\*10м. Ведение мяча змейкой, не теряя мяча (10м). Удар по воротам (расстояние 4м). Игра в футбол. |
| октябрь | 5 | Передача мяча | Бег приставными шагами. Передача мяча разными частями стопы в парах. Ведение мяча с изменением направления. Игр. упр. «Удар мяча в цель». Игра в футбол.  |
| 6 | Передача мяча | Бег прямой и спиной вперёд. Передача неподвижного мяча. Игр. упр. «Чей дальше?» - удары по неподвижному мячу. Игра в футбол. |
| 7 | Ведение мяча | Бег с изменением скорости. Ведение мяча со сменой направления. Игр. упр. «Солнышко» (игрок в центре). Игра в футбол. |
| 8 | Ведение мяча | Бег с изменением направления. Ведение мяча с разной скоростью. Игр. упр. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игра в футбол. |
| ноябрь | 9 | Удар по мячу | Бег прямой. Передача мяча в парах. Игр. упр. «Кто больше?» - броски мяча ногой вверх. Игра в футбол. |
| 10 | Удар по мячу | Бег с изменением скорости. Передача мяча в тройках. Игр. упр. «Подвижная цель». Игра в футбол. |
| 11-12 | Турнир | Игра по упрощённым правилам |
| декабрь | 13 | Остановка мяча | Бег по прямой и спиной вперёд. Остановка мяча подошвой. Игр. упр. «Морские волны» - прокатывание мяча от одной ноги к другой на месте. Игра в футбол. |
| 14 | Остановка мяча | Бег со сменой направления движения. Передачи мяча в парах с остановкой мяча. Игр. упр. «Отбери мяч» - ведение мяча в парах с отбиранием его у соперника. Игра в футбол. |
| 15 | Ведение мяча | Бег по прямой и спиной вперёд. Ведение мяча после остановки мяча разными способам. Игр. упр. «Давай вместе» - ведение мяча ногой в парах в движении. Игра в футбол. |
| 16 | Ведение мяча | Бег приставными шагами. Ведение мяча и удар по воротам. Игр. упр. «Липучка» - прокатывание мяча ногой не отрывая его от внутренней стороны стопы. Игра в футбол. |
| январь | 17 | Удар по мячу | Бег со сменой направления движения. Удар серединой подъёма по неподвижному мячу. Игр. упр. «Попади в цель» - отбивание мяча ногой в цель. Игра в футбол. |
| 18 | Удар по мячу | Бег спиной вперёд. Удар серединой подъёма по катящемуся мячу. Игр. упр. «Кто дальше?» - отбивание мяча внутренней частью стопы на дальность. Игра в футбол. |
| 19 | Передача мяча | Бег приставными шагами. Передача разными частями стопы неподвижного мяча в парах. Игр. упр. «Солнышко» (игрок в центре). Игра в футбол. |
| 20 | Передача мяча | Бег с изменением скорости. Передача разными частями стопы катящегося мяча в парах, тройках. Игр. упр. «Удар мяча в цель». Игра в футбол. |
| февраль | 21 | Ведение мяча | Бег и изменением направления движения. Ведение мяча со сменой направления движения. Игр. упр. «Подбрось вверх» - подбрасывание мяча носком ноги вверх. Игра в футбол. |
| 22 | Ведение мяча | Бег приставными шагами. Ведение мяча с последующим ударом в цель. Игр. упр. «Жонглёр» - отбивание мяча коленом вверх. Игра в футбол. |
| 23-24 | Турнир | Игра по упрощённым правилам |
| март | 25 | Остановка мяча | Бег прямой и спиной вперёд. Остановка мяча внутренней частью стопы. Игр. упр. «Кто больше сможет?» - кто больше ударит мяч и не потеряет его. Игра в футбол. |
| 26 | Остановка мяча | Бег с изменением скорости. Остановка летящего мяча стопой, бедром. Игр. упр. «Кто больше?» - броски мяча ногой вверх. Игра в футбол. |
| 27 | Ведение мяча | Бег с изменение направления движения. Ведение мяча после остановок разными способами. Игра в футбол. |
| 28 | Ведение мяча | Бег прямой. Ведение мяча с обводкой стоек. Игр. упр. «Морские волны» - прокатывание мяча от одной ноги к другой на месте. Игра в футбол. |
| апрель | 29 | Удар по мячу | Бег прямой и спиной вперёд. Прямолинейное ведение и удар по воротам. Игра в футбол. |
| 30 | Удар по мячу | Бег приставными шагами. Игр. упр. «Подбрось вверх» - подбрасывание мяча носком ноги вверх. Обводка стоек и удар по воротам. Игра в футбол.  |
|  | 31 | Ведение мяча | Бег с изменением скорости. Ведение мяча и отбор мяча у соперника. Игр. упр. «Отбери мяч» - ведение мяча в парах с отбиранием его у соперника. Игра в футбол. |
| 32 | Ведение мяча | Бег с изменением направления движения. Ведение мяча с отбором мяча у соперника. Игр. упр. «Подбрось вверх» - подбрасывание мяча носком ноги вверх. Игра в футбол.  |
| май | 33-34 | Диагностика | Челночный бег 3\*10м. Ведение мяча змейкой, не теряя мяча (10м). Удар по воротам с разных и. п. (расстояние 4м). Игра в футбол. |
| 35-36 | Турнир | Игра по упрощённым правилам |
| Всего: | 36 занятий |

**Инструкции**

Содержание работы может корректироваться в зависимости от индивидуальных особенностей детей и от творчества педагога.

**Методические рекомендации**

**1.** Для развития «чувства мяча» необходимо использовать разметку на полу зала так, чтобы дети могли прокатывать мяч по разметке «восьмёрка», «круг», «квадрат», «треугольник» как правой, так и левой ногой. Разметка делается цветной изолентой. Для игры в футбол минимальные размеры площадки 10\*5 м, ворот – 1\*1.5м. Если есть возможность дать мяч каждому ребёнку, то это значительно повысит эмоциональность занятий и будет способствовать более быстрому освоению футбола.

**2.** Обучение технике проводиться постепенно, путём усложнения условий и выполнения движений. В начале обучения основное внимание направляется на овладение правильным навыком, затем на силу, точность выполнения и скорость движения. Упражнения надо выполнять правой и левой ногой. Так, удар по мячу вначале отрабатывается по неподвижному мячу, удар после остановки мяча, удар по движущемуся навстречу мячу, и, наконец, изучение удара при движении самих занимающихся.

Ведение мяча начинается с ведения по прямой на бегу. Постепенно скорость бега увеличивается. Затем изучается ведение по дугам, с обводкой стоек и в конце – ведение мяча при сопротивлении противника. Удары по мячу и ведение мяча совершенствуются в игровых упражнениях, подвижных играх и самой игре в футбол.

**3. Упрощённые правила игры в футбол**

Перед игрой детей знакомят с правилами футбола, которые необходимо обязательно соблюдать во время игры.

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 4-8 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. У игроков команд должна быть форма разного цвета, чтобы не ошибиться при передаче мяча. Можно использовать и повязки разного цвета.

Перед началом игры проводится жеребьевка для выбора сторон поля и начального удара. Судья ставить 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 коснуться мяча другие игроки.

Игроки команды соперников не должны находится 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. В футболе только вратарь имеет право брать мяч в руки – остальные полевые игроки играют ногами.

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

Одна из команд забила мяч в ворота, значит, игра возобновляется игроком команды, в ворота которой был забит мяч.

Рекомендуемая длительной игры – 2 тайма по 3-5 минут с 2-х минутным перерывом. После перерыва команды меняются сторонами поля, а вторую половину игры будет начинать другая команда – не та, которая начинала игру.

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.