

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 59»



Физкультурно-оздоровительный проект «Футбол в детском саду»

Разработала:
Сайфуллина Антонина Васильевна
инструктор по физической культуре

Бийск, 2022 г

Тип проекта: информационный-практико-ориентированный.

Вид проекта: групповой.

Продолжительность: долгосрочный.

Участники проекта: дети старшей и подготовительной к школе группы, инструктор по физической культуре, воспитатели группы, родители.

Срок реализации: 2 года.

Актуальность проекта: В настоящее время в нашей стране охват детей дошкольного возраста занятиями футболом незначителен. В современном мире Футбол как специфический вид двигательной деятельности позволяет создать условия для нормального физиологического, психического и физического развития ребенка, а также формирования социально значимых личностных качеств детей. Эта игра сочетает ходьбу, бег, прыжки с одновременным использованием различных ударов, ведений, передач мяча, бросков, ловли и т. д. В футболе быстро меняются игровые ситуации, требующие от занимающихся высокой координации движений, точности и быстроты их выполнения, что особенно важно для детей старшего дошкольного возраста, организм которых обладает большим потенциалом для формирования различных видов двигательных действий, характеризуется интенсивным развитием.

Цель: Обучить воспитанников элементам спортивной игры футбол. Развивать двигательную активность, как источник здоровья детей через спортивную игру футбол. Приобщение подрастающего поколения к здоровому образу жизни.

Задачи: 1. Формировать у детей старшего дошкольного возраста многообразные действия с мячом.

2. Развивать у дошкольников точность, координацию движений, быстроту реакций, силу, глазомер.

3. Обучать воспитанников правильной технике выполнения элементов спортивной игры футбол (удар, передача, ведение).

4. Воспитывать у детей морально-волевые качества.

Ожидаемый результат проекта:

1. Овладение теоретическими и практическими знаниями воспитанников элементами спортивной игры футбол.

2. Повышение двигательной активности, формирование таких качеств, как коллективизм, выдержка, целеустремленность, дисциплинированность.

Актуальность.

В современном обществе мы наблюдаем недостаточную активность родителей в физическом воспитании детей, которые ссылаются на недостаток времени, средств, спортивного оборудования. Мы хотим расширить представления детей и родителей о летних видах спорта более подробно, сформировать положительное отношение к занятиям физической культурой и спортом, а именно к футболу, вызывающий положительный эмоциональный отклик, приобщающий всех участников проекта к здоровому образу жизни.

І этап – подготовительный (сентябрь- октябрь 2022г.)

№ п/п	Содержание деятельности	Предполагаемый результат
1.	Изучение нормативно-правовой и методической литературы в рамках ознакомления с новыми технологиями и интересными идеями по повышению двигательной активности посредством обучения детей прыжкам через скакалку.	Повышение профессиональной компетенции по данной теме.
2.	Подбор, распределение практического материала.	Использование данного материала в рамках проекта
3.	Составление перспективно-тематического плана.	Перспективно-тематический план
4.	Подбор упражнений ,игр с выполнением данных упражнений и игр.	Подобраны упражнения и игры в соответствии с возрастными особенностями.
5.	Пополнение и обогащение предметно-развивающей среды.	Созданы условия для реализации задач данного проекта
6.	Подбор материала для проведения мастер-класса «Веселая скакалочка» для педагогов и родителей	Использование материала в рамках проекта
7.	Опрос детей с целью выявления их знаний об играх в скакалку (Кто из вас знает в какие игры можно играть со скакалкой?), (Чем полезны прыжки через скакалку?), (У кого из вас есть скакалка и прыгаете ли вы дома?)	Определения уровня теоретических и практических знаний детей об играх в скакалку

ІІ этап- практический (ноябрь 2022 – апрель 2023г)

№ п/п	Содержание деятельности	Предполагаемый результат
1.	Изготовление папки-передвижки для родителей «Значение двигательной активности ребенка для успешного воспитания, развития и обучения» (приложение 1) Консультации «Упражнения и игры со скакалкой, как реализация потребностей ребенка в двигательной деятельности» (приложение 2).	Просвещение родителей. Помощь родителям в повышении двигательной активности ребенка.

	Разработка буклета «Веселые игры со скакалкой» (приложение 3).	
2.	Показ презентации «Раз, два, три, четыре, пять начинаем мы скакать!» (приложение 4). Образовательная деятельность на физкультурных занятиях, во время прогулок, в ходе режимных моментов и в самостоятельной деятельности (приложение 5).	Расширить кругозор детей. Обучение детей отдельным упражнениям и элементам прыжков через скакалку.
3.	Изготовление буклетов для педагогов «Веселая скакалка», игры с описанием. (приложение 1).	Повышение компетентности в организации двигательной активности детей, способствующей дальнейшему закреплению навыков, улучшению здоровья
4.	Проведение мастер – класса «Веселая скакалка» для педагогов, (приложение 6), для родителей.(приложение 7)	Ознакомление с новыми путями повышения двигательной активности для внедрения в практику работы.
5.	Взаимодействие с воспитателем: - Разучивание стихов, загадок о скакалке. -организация игр со скакалкой на прогулке, в группе во второй половине дня; -поместить в физкультурный уголок в группе буклеты с играми в скакалку.	Привитие желания и интереса к играм в скакалку. Проявление инициативы при самостоятельной организации игр со скакалкой с выполнением заданий в соответствии с правилами.

III этап – практический (май 2023 г.)

№ п/п	Содержание деятельности	Предполагаемый результат
1.	Выставка рисунков «Как мы весело проводим время» (приложение 8) Организация и проведение спортивного мероприятия: в рамках проекта «Веселая скакалка» Физкультурный досуг «Эстафеты со скакалкой» (приложение 9)	Повышение интереса у дошкольников через игру «Веселая скакалка».
2.	Фотоконкурс «Моя спортивная семья» (приложение 10)	Выявление победителей и пропаганда игр со скакалкой.
3.	Обобщение опыта работы.	Систематизация материалов работы по проекту.
4.	Трансляция опыта	Сообщение в режиме презентации опыта работы над проектом «Веселая скакалка» на педсовете.

(сентябрь- октябрь 2023г.)

№ п/п	Содержание деятельности	Предполагаемый результат
1.	Изучение нормативно-правовой и методической литературы в рамках ознакомления с новыми технологиями и интересными идеями по повышению двигательной активности посредством обучения детей прыжкам через скакалку.	Повышение профессиональной компетенции по данной теме.
2.	Подбор, распределение практического материала.	Использование данного материала в рамках проекта
3.	Составление перспективно-тематического плана.	Перспективно-тематический план
4.	Подбор упражнений ,игр с выполнением данных упражнений и игр.	Подобраны упражнения и игры в соответствии с возрастными особенностями.
5.	Пополнение и обогащение предметно-развивающей среды.	Созданы условия для реализации задач данного проекта
6.	Подбор материала для проведения мастер-класса «Веселая скакалочка» для педагогов и родителей	Использование материала в рамках проекта
7.	Опрос детей с целью выявления их знаний об играх в скакалку (Кто из вас знает в какие игры можно играть со скакалкой?), (Чем полезны прыжки через скакалку?), (У кого из вас есть скакалка и прыгаете ли вы дома?)	Определения уровня теоретических и практических знаний детей об играх в скакалку

(ноябрь 2023– апрель 2024г)

№ п/п	Содержание деятельности	Предполагаемый результат
1.	Изготовление папки-передвижки для родителей «Значение двигательной активности ребенка для успешного воспитания, развития и обучения» (приложение 1) Консультации «Упражнения и игры со скакалкой, как реализация потребностей ребенка в двигательной деятельности» (приложение 2).	Просвещение родителей. Помощь родителям в повышении двигательной активности ребенка.

	Разработка буклета «Веселые игры со скакалкой» (приложение 3).	
2.	Показ презентации «Раз, два, три, четыре, пять начинаем мы скакать!» (приложение 4). Образовательная деятельность на физкультурных занятиях, во время прогулок, в ходе режимных моментов и в самостоятельной деятельности (приложение 5).	Расширить кругозор детей. Обучение детей отдельным упражнениям и элементам прыжков через скакалку.
3.	Изготовление буклетов для педагогов «Веселая скакалка», игры с описанием. (приложение 1).	Повышение компетентности в организации двигательной активности детей, способствующей дальнейшему закреплению навыков, улучшению здоровья
4.	Проведение мастер – класса «Веселая скакалка» для педагогов, (приложение 6), для родителей.(приложение 7)	Ознакомление с новыми путями повышения двигательной активности для внедрения в практику работы.
5.	Взаимодействие с воспитателем: - Разучивание стихов, загадок о скакалке. -организация игр со скакалкой на прогулке, в группе во второй половине дня; -поместить в физкультурный уголок в группе буклеты с играми в скакалку.	Привитие желания и интереса к играм в скакалку. Проявление инициативы при самостоятельной организации игр со скакалкой с выполнением заданий в соответствии с правилами.

III этап – заключительный
(май 2024 г.)

№ п/п	Содержание деятельности	Предполагаемый результат
1.	Выставка рисунков «Как мы весело проводим время» (приложение 8) Организация и проведение спортивного мероприятия: в рамках проекта «Веселая скакалка» Физкультурный досуг «Эстафеты со скакалкой» (приложение 9)	Повышение интереса у дошкольников через игру «Веселая скакалка».
2.	Фотоконкурс «Моя спортивная семья» (приложение 10)	Выявление победителей и пропаганда игр со скакалкой.
3.	Обобщение опыта работы.	Систематизация материалов работы по проекту.
4.	Трансляция опыта	Сообщение в режиме презентации опыта работы над проектом «Веселая скакалка» на педсовете.

Приложение 5

Календарно – тематическое планирование.1 год

Содержание деятельности	Сроки
<p>Ознакомление с прыжками через скакалку:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки через скакалку на двух ногах прямо на месте. 2. Прыжки через скакалку на двух ногах прямо с продвижением вперед. 3. Прыжки через скакалку на двух попеременным шагом. 4. Прыжки через скакалку попеременным шагом с продвижением вперед. 	Ноябрь
<p>Ознакомление с усложненными прыжками:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки через скакалку на одной ногой на месте. 2. Прыжки через скакалку на одной ноге с продвижением вперед. 3. Вращение скакалки вперед-назад и прыжок на двух ногах через нее. 4. Вращение скакалки сложенной вдвое низко над землей с быстрым перешагиванием. 	Декабрь
<ol style="list-style-type: none"> 1. Вращение скакалки, сложенной вдвое низко над землей с быстрым перешагиванием. 2. Вращение скакалки, сложенной вдвое низко над землей с перепрыгиванием. 3. ОРУ со скакалкой, прыжки с продвижением вперед. 	Январь
<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки на скакалке с продвижением вперед на двух ногах. 2. Прыжки со скалкой в тройках (игра «Часы пробили ровно час») 3. Прыжки со скакалкой в тройках (игра «Часы пробили ровно час» с повторением правил). 	Февраль
<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки со скакалкой в тройках (игра «Я знаю пять имен девочек»). 2. Прыжки со скакалкой в тройках (игра «Я знаю пять имен девочек» с повторением правил). 3. Эстафеты со скалками. 	Март
<ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепление изученных упражнений и игр со скакалкой. 2. Физкультурный досуг «Эстафеты со скакалкой» 	Апрель
	Май

Календарно – тематическое планирование.2 год

Содержание деятельности	Сроки
<p>Ознакомление с прыжками через скакалку:</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Прыжки через скакалку на двух ногах прямо на месте. 6. Прыжки через скакалку на двух ногах прямо с продвижением вперед. 7. Прыжки через скакалку на двух попеременным шагом. 8. Прыжки через скакалку попеременным шагом с продвижением вперед. 	Ноябрь
<p>Ознакомление с усложненными прыжками:</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Прыжки через скакалку на одной ногой на месте. 6. Прыжки через скакалку на одной ноге с продвижением вперед. 7. Вращение скакалки вперед-назад и прыжок на двух ногах через нее. 8. Вращение скакалки сложенной вдвое низко над землей с быстрым перешагиванием. 	Декабрь
<ol style="list-style-type: none"> 4. Вращение скакалки, сложенной вдвое низко над землей с быстрым перешагиванием. 5. Вращение скакалки, сложенной вдвое низко над землей с перепрыгиванием. 6. ОРУ со скакалкой, прыжки с продвижением вперед. 	Январь
<ol style="list-style-type: none"> 4. Прыжки на скакалке с продвижением вперед на двух ногах. 5. Прыжки со скакалкой в тройках (игра «Часы пробили ровно час») 6. Прыжки со скакалкой в тройках (игра «Часы пробили ровно час» с повторением правил). 	Февраль
<ol style="list-style-type: none"> 4. Прыжки со скакалкой в тройках (игра «Я знаю пять имен девочек»). 5. Прыжки со скакалкой в тройках (игра «Я знаю пять имен девочек» с повторением правил). 6. Эстафеты со скакалками. 	Март
<ol style="list-style-type: none"> 3. Закрепление изученных упражнений и игр со скакалкой. 4. Физкультурный досуг «Эстафеты со скакалкой» 	Апрель
	Май

Для вас - родители!



Подвижные игры и упражнения с мячом (элементы футбола)

Упражнения:

1. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с одного, двух, трех шагов
2. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега.
3. Один ребенок катит мяч, другой сбоку ударяет по нему ногой.
4. Бросать мяч руками вверх и принимать его на подошву.
5. Один ребенок катит мяч руками, другой останавливает его ногой.
6. Один ребенок посылает мяч ногой, другой останавливает (тоже ногой).
7. Вести мяч правой и левой ногой по прямой.
8. Вести мяч толкая его поочередно то правой, то левой ногой по прямой.
9. Вести мяч вокруг конусов
10. Вести мяч с ускорением и ударять по воротам.

11. Бросать мяч из-за головы двумя руками.
12. Бросать мяч по цели на точность попадания.
13. Один ребенок бросает мяч, другой принимает его.
14. Один ребенок ведет мяч ногой, другой улавливает момент и вступает в борьбу за мяч.
15. Один ребенок стоит в воротах, другой с 4 - 5 м легко ударяет по мячу, тот ловит и бросает обратно.
16. Игровое упражнение «Ну-ка отними!» в паре с тренером.

Подвижные игры

«Точно в цель».

Выбираются 2 охотника, которые встают на противоположных сторонах площадки. Остальные игроки встают в центр. Охотник ударом по мячу ногой, старается попасть в игроков находящиеся в центре. Второй охотник останавливает мяч ногой и выполняет ответный удар. Удары по мячу выполняются различными частями стопы. Игрок, в которого попал мяч, выходит из игры.

Попади в цель.

Все дети делятся на несколько групп, каждая группа становится в круг, водящий - в центре. Дети передают друг другу мяч ногой, стараясь попасть в водящего. Попавший становится водящим, а ребенок, бывший водящим, встает в круг. Мячом можно ударять только в ноги водящего.

Гонка мячей.

Все дети свободно располагаются на площадке, у каждого - по мячу. После свистка все ведут мяч ногой, до определенной черты, стараясь, не сталкиваться друг с другом.

У кого больше мячей.

Дети образуют две разные команды. Каждая из них берет два мяча и располагается на своей половине площадки. Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 40 - 50 см от земли. После сигнала воспитателя дети стараются ударом ноги так направить мяч,

чтобы он, прокатившись под сеткой, остановился на противоположной стороне площадки. Выигрывает та команда, у которой после второго сигнала воспитателя находится меньше мячей, или проигрывает та команда, у которой одновременно окажется четыре мяча.

Игра «Стоп»

Дети ведут мяч, толкая его поочередно то правой, то левой ногой; по сигналу «Стой!» они быстро останавливают мяч подошвой ноги сверху.

«Не пропусти мяч»

один ребенок бросает мяч, другой — с расстояния 3 — 4 м принимает его.

«Ловкий вратарь»

один ребенок стоит в воротах, другой — с расстояния 4 — 5 м слегка ударяет по мячу, вратарь ловит мяч и бросает обратно. Еще один вариант: несколько детей поочередно посылают мяч вратарю.

Эстафеты

Бег с мячом

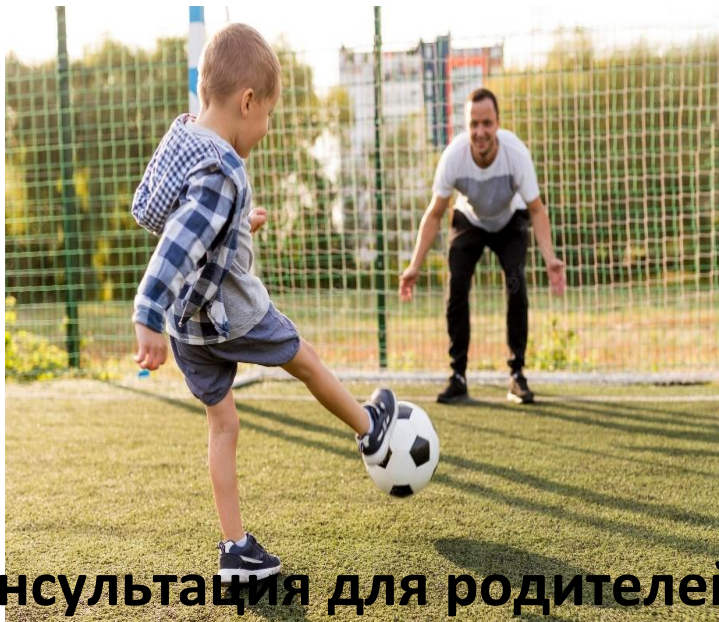
На площадке обозначается линия старта, за которой команды по 6-8 игроков строятся в колонны. Первые номера каждой команды имеют по мячу. Перед каждой командой на расстоянии 2, 5 м - 3 м один от другого устанавливают 4-5 конуса. По сигналу первые номера устремляются вперед, обводя "змейкой" конусы, и таким же образом возвращаются назад. На линии старт - финиш игрок останавливает мяч и передает его следующему участнику и т. д. Побеждает команда, быстрее закончившая игру.

Пингвины с мячом.

В игре участвуют две команды, которые выстраиваются в колонны за линией старта. В 5 - 8 м от детей - флажки. По сигналу первые номера каждой команды, зажав между коленями мяч, устремляются к флажку (дети переваливаются с ноги на ногу, словно пингвины). Добежав до флажка, они ударом ноги направляют мяч через площадку вторым номерам, а сами становятся в конец колонны. Игра заканчивается, когда все "пингвины" выполнят перебежки и мяч снова окажется у первого номера колонны. Если ребенок потеряет мяч во время бега, нужно взять его и продолжать игру.

Все перечисленные выше приемы совершенствуются в совместной со взрослыми и самостоятельной деятельности детей, в подвижных играх, эстафетах и, конечно, в самой игре **ФУТБОЛ**.

Играйте вместе с нами!



Консультация для родителей



Значение футбола и его роль в развитии ребенка

Укрепляет физически

Футбол — вид спорта, который способствуют всестороннему физическому развитию. Во время тренировок постоянно меняется комплекс упражнений, чередуются нагрузки, в разном порядке и с разными интервалами следуют упражнения, отличающиеся по характеру, напряжённости и длительности. Борьба за мяч связана с ходьбой, бегом и резкими остановками, быстрым стартом и ускорениями, прыжками, ударами по мячу и даже акробатическими приёмами. Ещё игроку необходимо уметь удерживать равновесие, ориентироваться в пространстве, чувствовать темп, быть гибким. На тренировках происходит улучшение координации движений, повышаются сила, ловкость, выносливость. Разнообразные спортивные упражнения позволяют всесторонне воздействовать на мышечную систему детей, укреплять их костный аппарат, развивать дыхательную и сердечно - сосудистую системы, регулировать обмен веществ, усиливая его функциональный эффект.

Учит общаться

Футбол — командная игра, умение идти на контакт и договариваться имеет серьёзное влияние на результат деятельности, а психологический климат в команде нередко играет определяющую роль в итоге игры, поэтому каждому члену команды надо уметь выстраивать отношения с другими игроками. Так что футбол — это еще и возможность выработать коммуникативные навыки. Во время игры дети учатся управлять не только своими движениями, но и эмоциями в разнообразных условиях, решать сложные ситуации и находить общий язык с товарищами.

Вырабатывает реакцию

Постоянно изменяющиеся сочетания движений, действий и отдыха, резкая перемена обстановки связаны с тем, что необходимо следить за движущимся мячом, в доли секунды оценивать ситуацию и тут же реагировать на неё точным движением. Причём как лично, так и в совместных действиях. Значит, важна быстрота ответной реакции, способствующая стремительному выполнению движений. Таким образом, игра в футбол формирует определённый образ мышления, умение быстро реагировать и принимать решения.

Способствует личностному развитию

Футбол — спорт, где формируются важные черты характера, развиваются многие навыки, происходит становление личности и взросление. Этот вид спорта помогает ребенку научиться рассчитывать каждый свой шаг, оценивать действия других игроков, планировать. Ребенок научится бороться, будет понимать, что такое цель. Футбол — также отличный способ выработать силу воли и трудолюбие, так как настоящий успех в жизни ждет настойчивых и усердных людей.

Кому можно и полезно заниматься футболом

Многие родители задают вопрос о том, **каким детям больше подходит футбол**. Футбол обычно нравится активным и общительным детям. Если ваш ребенок ни минуты не сидит на месте и довольно вынослив, то эта игра для него. Эмоциональному, открытому и энергичному малышу будет легче найти свое место на поле и в команде. При этом инициатива должна исходить только от ребенка. Для футбола важна физическая и психологическая готовность. Считается, что этот вид спорта больше подходит экстравертам, которые умеют хорошо адаптироваться в группе. Но известно много случаев, когда малообщительные вратари со сложным характером добивались высоких спортивных результатов.

Если ребенок хочет заниматься этим видом спорта, и вы решили отдать его в футбольную секцию, то ему придётся пройти также определенное тестирование и отбор у футбольного тренера, который чаще всего обращает внимание на следующее:

В футболе важна скорость и спортивная резкость. Если малыш медлителен, то ему будет не очень комфортно на поле.

Для занятий футболом важна конституция ребенка. Это не самая

Загадки

Мяч по травке шустро скачет
От ворот и до ворот.
Бьют ногами — он не плачет.
Кто игру мне назовёт?

(Футбол)

Меня боятся вратари,
Стоящие в воротах.
Меня ты громко назови,
Я заработан потом. (Гол)

Над трибунами висит
Этот очень нужный щит.
Каждый гол покажет он —
Видно счёт со всех сторон

(Табло)

Не пруд, а луг,
Сто скамеек вокруг,
От ворот до ворот
Бойко бегают народ.
А на воротах этих —
Рыбачьи сети.

(Футбольное поле)



ФУТБОЛ ДЕЛАЕТ СИЛЬНЫХ ЛЮДЕЙ ИЗ СЛАБЫХ



Футбол- это ритм
твоего пульса.
Когда выходишь на
футбольное поле ты
чувствуешь как
учащается сердцебиение .
Когда ты играешь- ты
чувствуешь, как тебе
хочется жить

« Любимый
вид спорта
футбол »



2018 год.

лучшая игра для сброса веса, пухленьким ребятам будет тяжело угнаться за сверстниками и они будут чувствовать себя некомфортно.

В футболе важны точность движений и их скоординированность. Если малыш с трудом может скоординироваться, то лучше повременить с футболом и отправить его в другую спортивную секцию, где он сможет поработать над координацией движений в более спокойном режиме.

Буклеты

Мастер – класс по физической культуре для воспитателей.

Тема: «Спортивные игры как средство повышения двигательной активности детей дошкольного возраста»



Разработала:
Сайфуллина Антонина Васильевна
инструктор по физической культуре

Бийск 2022г.

Мастер-класс направлен на работу с педагогами на практическое освоение игровых упражнений, элементов спортивных игр таких как (баскетбол, волейбол, футбол), соревнований, эстафет.

Цель: Повысить профессиональную компетентность коллег в вопросах внедрения спортивных игр как средства повышения двигательной активности детей младшего, среднего и старшего дошкольного возраста, направленной прежде всего на сохранение и укрепления здоровья детей.

Задачи: Систематически пополнять свою педагогическую копилку по приоритетному направлению деятельности, включить в режим новые игровые задания, игры, упражнения.

Как видно из цели спортивные подвижные игры используются мной в первую очередь как средство активности детей и укрепления здоровья занимающихся.

Здравствуйтесь, уважаемые коллеги!

Тема моего мастер – класса - «Спортивные игры как средство повышения двигательной активности детей младшего и старшего возраст. А прежде чем начать, я хочу рассказать Вам одну притчу.

Давным-давно, на горе Олимп жили–были боги.

Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля.

Стали думать: Каким должен быть человек?

Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным».

А один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам».

И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье.

Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. А самый мудрый из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека. Пусть он его поищет!».

Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Только вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов!

А помочь ребёнку найти этот дар, сохранить и укрепить должен воспитатель! И слова Сухомлинского актуальны сегодня как никогда. «Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь и мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

Спортивные игры и игровые движения – естественные спутники жизни ребёнка, обладающие великой воспитательной силой, формирующие физические и личностные качества ребёнка.

Применение спортивных игр как на физкультурных занятиях, так и во всех режимных моментах способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма: нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной, а также улучшает физическое развитие детей, воспитывает морально-волевые качества. Практика показывает, что дети дошкольного возраста с большим удовольствием занимаются физкультурой.

Большой интерес у них вызывают спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол, а также настольный теннис, хоккей.

В спортивных играх у ребенка повышается умственная активность, ориентировка в пространстве, развивается сообразительность, быстрота мышления, происходит осознание собственных действий.

Спортивные подвижные игры включают также образовательные задачи – это совершенствование техники выполнения движений, формирование осознанного использования приобретённых навыков в различных условиях, целенаправленное развитие физических качеств, побуждение детей к проявлению морально-волевых качеств, развитие самоконтроля и самооценки в процессе

организации различных форм двигательной активности, поддержка стремления детей к улучшению результатов выполнения физических упражнений.

О важности спортивных подвижных игр в ДОУ написано много пособий, таких авторов, как: Адашкявичене Э. И. «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Конторович М. М., Михайлова Л. И. «Подвижные игры в детском саду», Волошина Л. Н. «Играйте на здоровье. Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет».

Практическая часть

Отгадайте загадку и вы узнаете, с каким спортивным инвентарём сегодня мы будем работать.

Сделан из резины.

Купили в магазине

Скачет звонко

В руках ребенка!

Для того, чтобы начать работать с мячом, проведем не большую разминку.

Разминка: Участники мастер-класса встают в круг, под музыку выполняют имитационные движения с мячом - набивание, перекатывание, пасую мяч друг другу. Игровые упражнения, игры с мячом можно выполнять индивидуально, парами и коллективно, используя мячи разных диаметров.

Игры (для освоения элементов спортивных игр с мячом)

Подвижная игра «Мяч в кругу» для детей 3-4 лет

Цель. Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве, развивать фиксацию взора, активизировать прослеживающую функцию глаза.

Участники сидят на корточках на полу, образуя круг. Участник (взрослый) дает одному из участников игры мяч-Колобок (на нем нарисованы или приклеены глаза, нос, рот) и читает стихотворение.

Колобок, Колобок,

У тебя румяный бок.

Ты по полу покатись

И Танюше (ребятам) улыбнись!

По просьбе инструктора («Таня, покати мячик Саше»), игрок прокатывает мяч двумя руками названному участнику. Тот, получив мяч, прокатывает его другому ребенку, которого назвали по имени, и т.д. Мяч нужно отталкивать посильнее, что бы он

докатился до другого участника игры, а также подавать выкатившийся из круга мяч. (2-3р)

Подвижные игры для детей 4-7 лет

«Задержи мяч». (Элемент футбола) Участники делятся на пары, у каждой пары по футбольному мячу. По сигналу участник с мячом перекатывает мяч внутренней стороной стопы партнёру. Также по сигналу участник, у которого оказался мяч, должен остановить его, поставив на него стопу.

«Передал - садись». (Элемент волейбола) Участники делятся на две колонны, выбирается капитан. Капитан бросает мяч стоящему впереди участнику, он перебрасывает его капитану, а сам присаживается. Так с каждым участником команды. Получив мяч от последнего участника команды, капитан поднимает его вверх, а вся команда вскакивает. Победила та команда, которая быстрее всех вскочила.

«Десять передач». (Элемент баскетбола) Участники делятся на пары, у одного из участников мяч, он должен передать его партнёру разными видами передач, чем больше передач выполнит пара, та и победила. (из-за головы, одной рукой, ударяя мячом в середину и т. д.)

Спортивная игра - эстафета «Пройди - не урони» участвуют 2 команды. Участвуют 2 команды (Элемент настольного тенниса).

Участники делятся на команды. Придумать название команды. Игра- эстафета проходит согласно правилам: положить мяч на ракетку (удержать ракетку чуть выше пояса) двигаться до ограничителя, обойти ограничитель, не роняя мяча передать эстафету следующему. Победила та команда, которая быстрее закончила и меньше уронила мяч.

Итог: В играх с мячом моей целью было научить детей согласовывать свои действия с действиями товарищей на основе дружеских взаимоотношений и сплоченности. В играх с мячом у детей выработалась привычка поступаться личными интересами ради достижения общей цели.

И так практическая часть нашего мероприятия подошла к концу и в конце нашего мастер - класса я хочу предложить вам игровое упражнение.

Игра с педагогами, ведущий бросает мяч, задавая вопросы участникам.

Мяч участнику – какое сегодня у вас настроение?

Мяч участнику – ваше мнение о тематике мастер-класса?

Мяч участнику – что для вас было интересным и полезным для самообразования?

Мяч участнику – чего сегодня вы достигли сами?

Мяч участнику – тот опыт, который вы сегодня получили, вам пригодится?

Мяч участнику – ваши пожелания?

Так что, мячик не просто игрушка, играя в которую, можно весело провести время. Это очень полезная игрушка. А во сколько разнообразных игр с мячом можно поиграть! И эти игры на самом деле обладают неоценимыми и весьма широкими развивающими возможностями!

Наше мероприятие подошло к концу. Мне с вами было приятно, надеюсь, и вам со мной тоже!

Мастер класс для родителей

Футбол в детском саду



Выставка рисунков «футболисты»

φOTO

Фото конкурс моя спортивная семья.

Литература:

1. Адашкявичене Э. Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. – М. : Просвещение, 1992. – 159с.
2. Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. - М. : Терра-Спорт; Олимпия Пресс, 2004. - 244с. - (Первый шаг).
3. Кузнецов А. А. Футбол. Настольная книга детского тренера. 1 этап (8-10 лет) - М. : Олимпия; Человек, 2007. - 112с.
4. // Дошкольное воспитание № 6 – 2005г. Л. Волошина, Г. Тиунова «Играем в футбол», стр. 46-52.
5. // Дошкольное воспитание № 6 – 2010г. Б. Куланин «Дошкольники и спортивные игры», стр. 60-62.

Проект «Футбол в детском саду» для детей старшего дошкольного возраста

Проект «Футбол в детском саду» для детей старшего дошкольного возраста

Проект: «Футбол в детском саду»

для детей старшего дошкольного возраста

Разработчик:

Инструктор по физической культуре – I квалификационной категории Сайфуллина А. В.

Краткая аннотация работы: Во всем мире большой популярностью пользуется игра в футбол, как среди взрослых, так и среди детей. В настоящее время в нашей стране охват детей дошкольного возраста занятиями футболом незначителен. Футбол как специфический вид двигательной деятельности позволяет создать условия для нормального физиологического, психического и физического развития ребенка, а также формирования социально значимых личностных качеств детей. В проекте представлена планомерная работа по обучению воспитанников элементам спортивной игры футбол, историей его возникновения. Особенности выполнения ударов по мячу и ведению мяча. Как одно из условий эффективного обучения элементам игры представлено взаимодействие и сотрудничество инструктора по физической культуре с социумом и семьей.

Ключевые понятия: воспитанники старшего дошкольного возраста, элементы игры в футбол, двигательные действия с мячом.

Образовательная область: физическое развитие

Вид проекта: спортивно-оздоровительный, познавательный

Продолжительность: 9 месяцев

Начало проекта: с 03.09.2018г.

Окончание проекта: 01.06.2019г.

Участники проекта: воспитанники подготовительных групп, воспитатели, медицинская сестра, родители, инструктор по физической культуре

Что может быть важнее здоровья?

Ничего! Движение – это здоровье, это – жизнь!

Актуальность

Во всем мире большой популярностью пользуется игра в футбол, как среди взрослых, так и среди детей. Известно, что наши футболисты зачастую уступают в технической и тактической подготовке зарубежным игрокам. Одной из причин этого является более раннее обучение детей игре в футбол в зарубежных странах, начиная с 6 лет.

В настоящее время в нашей стране охват детей дошкольного возраста занятиями футболом незначителен. Специалисты в области физической культуры и спорта указывают на положительное влияние игровых видов спорта на психофизическое развитие дошкольников и на необходимость разработки специальных программ, в том числе и по футболу, в основе которых должны лежать закономерности игры, учет онтогенетических особенностей развития ребенка и опыт работы детских тренеров.

Футбол как специфический вид двигательной деятельности позволяет создать условия для нормального физиологического, психического и физического развития ребенка, а также формирования социально значимых личностных качеств детей. Эта игра сочетает ходьбу, бег, прыжки с одновременным использованием различных ударов, ведений, передач мяча, бросков, ловли и т. д. В футболе быстро меняются игровые ситуации, требующие от занимающихся высокой координации движений, точности и быстроты их выполнения, что особенно важно для детей старшего дошкольного возраста, организм которых обладает большим потенциалом для формирования различных видов двигательных действий, характеризуется интенсивным развитием.

Несмотря на педагогическую ценность элементов спортивных игр, в имеющихся программах для ДОО по физическому воспитанию обучению элементам игры в футбол не уделяется должного внимания. Проблема заключается в необходимости разработки научного и методического обеспечения занятий футболом с детьми дошкольного возраста. Одним из аспектов решения данной проблемы в нашем дошкольном учреждении является внедрение проекта по обучению воспитанников старшего дошкольного возраста элементам игры в футбол.

Цель проекта:

. Обучить воспитанников элементам спортивной игры футбол.
Развивать двигательную активность, как источник здоровья детей через спортивную игру футбол

Задачи:

1. Формировать у детей старшего дошкольного возраста многообразные действия с мячом.
2. Развивать у дошкольников точность, координацию движений, быстроту реакций, силу, глазомер.
3. Обучать воспитанников правильной технике выполнения элементов спортивной игры футбол (удар, передача, ведение).
4. Формировать у дошкольников устойчивый интерес к спортивным играм.
5. Обогащать мировоззрение детей через различные формы образовательной деятельности.
6. Воспитывать у детей морально-волевые качества.
7. Вовлекать родителей в совместную деятельность через оптимизацию различных форм физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

Участники проекта: дети старшего дошкольного возраста, инструктор по физической культуре, воспитатели, медицинский работник, родители воспитанников.

Идея проекта:

Обучить воспитанников элементам игры в футбол.

Использование научно-обоснованных рекомендаций по обучению воспитанников элементам спортивных игр приводит к тому, что у детей старшего дошкольного возраста формируется стойкий интерес к занятиям футболом, что позволяет использовать этот вид спорта не только как средство физического развития, но и как важный фактор воспитательного, педагогического воздействия.

Планирование стратегии проекта:

1. Изучить теоретические основы по теме проекта.
2. Включить в сетку непосредственно образовательной деятельности факультативные часы.

3. В процессе совместной деятельности формировать у воспитанников такие качества, как коллективизм, выдержка, целеустремленность, дисциплинированность, потребность в двигательной активности.

4. Организовать экскурсию в физкультурно-оздоровительный комплекс на детскую тренировку по футболу.

5. Провести футбольный матч (по упрощенным правилам) среди мальчиков старшего дошкольного возраста.

Сдерживающие силы проекта: климатические условия, карантин, отсутствие финансирования.

Основные направления реализации проекта:

- факультативные занятия;
- беседы;
- экскурсия в физкультурно-оздоровительный комплекс;
- мастер-класс для воспитанников от тренера по футболу физкультурно-оздоровительного комплекса;
- проведение футбольного матча среди воспитанников;
- оснащение предметно-развивающей среды.
-

Предварительная работа:

- беседы о спортивной игре футбол;
- Дидактическая игра «Футбол»;
- рисование по теме «Игра в футбол»;
- консультация для родителей: «В какой спорт отдать ребёнка?»;
- подбор научно-методической литературы.

Методические источники:

1. Адашкявичене Э. Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. – М. : Просвещение, 1992. – 159с.

2. Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. - М. : Терра-Спорт; Олимпия Пресс, 2004. - 244с. - (Первый шаг).

3. Кузнецов А. А. Футбол. Настольная книга детского тренера. 1 этап (8-10 лет) - М. : Олимпия; Человек, 2007. - 112с.

4. // Дошкольное воспитание № 6 – 2005г. Л. Волошина, Г. Тиунова «Играем в футбол», стр. 46-52.

5. // Дошкольное воспитание № 6 – 2010г. Б. Куланин «Дошкольники и спортивные игры», стр. 60-62.

Содержание работы:

1. Исследование проблемы: 25.08.2018г. – 28.08.2018г.

2. Подготовительный этап: 29.08.2018г. - 31.08.2018г.

3. Этапы работы: 03.09.2018г. – 25.05.2019г.

4. Подведение итогов: 26.05.2019г. - 1.07.2019г.

Ожидаемый результат:

1. Овладение теоретическими и практическими знаниями воспитанников элементами спортивной игры футбол.

2. Повышение двигательной активности, формирование таких качеств, как коллективизм, выдержка, целеустремленность, дисциплинированность.

Тематическое планирование по этапам

1 этап (исследование проблемы) 25.08.2018г. – 28.08.2018г.

Анализ диагностического обследования по уровню овладения детьми двигательных действий с мячом.

Создание основы для реализации проекта:

- определение проблемы;
- изучение научной и методической литературы.

Опрос среди воспитанников «Что я знаю о футболе».

Рисование по теме «Игра в футбол».

2 этап (подготовительный) 26.06.2012г. – 31.06.2012г.

Сбор материалов для тематического планирования.

Создание презентации «Спортивная игра футбол».

Разработка конспектов факультативных занятий.

Приобретение мячей.

Изготовление пособий (сетка для ворот, разметка футбольного поля, форма для игроков, консультация для родителей):

«В какой спорт отдать ребёнка?»

3 этап 03.09.2018г. – 25.05.2019г. включает презентацию, мастер класс, 4 темы по обучению элементам спортивной игры (1 тема идет 2 недели, спортивный матч.

03.09.2018г. Презентация. Тема: Знакомство со спортивной игрой футбол (презентация).

Дать представления о спортивной игре футбол, истории ее возникновения. Познакомить с правилами игры, игровым полем, его разметкой.

Формировать желание играть в футбол.

04.09.2018г. Мастер класс «Технические действия с мячом» для воспитанников детского сада футболистами физкультурно-оздоровительного комплекса п. Пелым. Учить воспитанников техническим действиям с мячом.

05.09.-10.09.2018г. Тема: Технические действия с мячом.

Учить простейшим техническим действиям с мячом (удар, передача, ведение). Развивать ловкость, быстроту, координацию, выносливость.

17.09.-25.09.2018г. Тема: Технические действия с мячом

Продолжать знакомить с игрой футбол.

Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом (удар, передача, ведение, индивидуальную тактику).

05.10.2018г. Тема: Правила игры в футбол.

Продолжать знакомить с правилами игры в футбол, игровым полем, разметкой, с действиями защитника и нападающего.

Закрепить технику действий с мячом (удар, ведение, остановка, учить выполнять эти действия во взаимодействии с другими игроками. Развивать ловкость, быстроту, точность, расторопность. Формировать интерес к футболу и желание играть в него.

15.11.2018г. Тема: Правила игры в футбол.

Закрепить знание правил игры. Продолжать учить тактике защиты и нападения. Совершенствовать технику владения мячом во взаимодействии с другими игроками. Учить ориентироваться на игровом пространстве. Формировать желание играть в футбол самостоятельно.

10.12.2018г. Тема: Экскурсия в физкультурно-оздоровительный комплекс на детскую тренировку по футболу. Совершенствование техники владения мячом на «реальном» игровом поле.

11.12-15.12.2018г. Рисование по теме: «Спортивная игра в футбол».

1. 4. Подведение итогов: 10.09.2018г – 17.09.2018г. 26.05.2019г. – 1.07.2019г.

06.09.2018г. Спортивный матч по футболу среди мальчиков старшего дошкольного

возраста в условиях детского сада.

07.09.2018г. Участие в соревнованиях муниципального этапа по мини-футболу «Футбольная страна» между воспитанниками детских садов п. Пелым.

В течение учебного года. Занятия по футболу

26.05.2019г. Турнир по мини-футболу среди выпускников 2019г. на базе физкультурно-оздоровительного комплекса ЛПУ МГ. Тренера ФОКА, инструктор по физической культуре.

Приложения

Конспект физкультурного занятия с детьми старшей группы на тему «Юные футболисты»

Цель: Познакомить со спортивной игрой – футбол.

Задачи: Развивать ловкость и координационные качества: чувства равновесия и совершенствование вестибулярного аппарата, перестроение переключение движений

Виды детской деятельности и формы работы с детьми:

Игровая - П/и «Подвижная цель» / дети должны попасть мяч ногой в водящего/.

Двигательная - Спортивные упражнения: передача мяча внутренней стороной стопы, остановка подошвой, удары по мячу внутренней стороной стопы и серединой подъёма.

Место проведения: спортивный зал.

Количество детей: 16

Оборудование:

- магнитофон диском «футбол»
- обручи по числу детей
- скакалка

- ворота (дуги 3-4 шт)
- 2 куба

Ход занятия.

Беседа. (Фон музыки)

Инструктор: Ребята, сегодня мы познакомимся с игрой, а какой, вы сейчас узнаете сами.

Знаю я секрет один есть волшебный витамин

Не едят его, не пьют, а кидают и бросают,

И ногами сильно бьют.

Что же это за витамин? В какой игре его бьют ногами? Правильно – это футбол. 10 – декабря – всемирный день футбола. Футбол - самая древняя игра. Название этой игры происходит от 2 английских слов «Фут»-ступня и «бол» - мяч, т. е. в этой игре по мячу бьют ступней.

Футбол - это страстное противоборство двух команд, в котором проявляются скорость, сила, ловкость, быстрота реакции. Как заметил лучший футболист современности бразилец Пеле, «футбол - это трудная игра, ведь в нее играют ногами, а думать надо головой». Футбол - это искусство, пожалуй, ни один вид спорта не может с ним сравниться по популярности. Вряд ли можно найти игру, у которой было бы больше поклонников, чем у футбола. Футбол является, наверное, самым популярным из всех видов спорта. Футбол любят и играют во всех странах мира. В футбол можно играть в любое время года. Футбол любят не только мальчики, но и девочки. Сейчас во многих городах появляются женские футбольные команды.

Ребята, а какие футбольные команды вы знаете? («Спартак», «Динамо», «Локомотив», «ЦСКА», «Торпеда» - Москва; «Рубин» - Казань; «Зенит» - Санкт - Петербург). Кто из наших футболистов известен всему миру? Да, это наш вратарь Лев Яшин – лучший вратарь советского и мирового футбола. В наше время самые известные Российские футболисты: Андрей Аршавин – капитан сборной России, Роман Павлюченко - российский нападающий

Но чтобы играть в эту игру еще многому научиться и поупражняться. Вот сейчас этим мы и займемся.

Ходьба: друг за другом, широким шагом,

Бег: с закидыванием ног назад, с высоким подниманием бедра, скрестным шагом, спиной вперед, семенящий, обороты в беге-бежать вперед одновременно крутятся, «змейкой»

Ходьба по кругу на втором кругу дети берут из корзины по мячу.

2. ОРУ с мячами (построение в 2 колонны)

- И. П. ноги слегка расставить, руки с мячом вверху.
- И. п. то же. Наклон вперед, коснуться мячом левой ноги
- И. п. пятки вместе, носки врозь. Приседания.
- Поставить ступню на мяч, катать его не упуская, вперед- назад.
Поменять ногу
- Прыжки через мяч
- Упражнение «Вокруг света». Ведение мяча правой и левой ногой в разных направлениях.

3. Упражнения в парах

- сначала обходят друг друга, а потом пасуют
- «пас» передают мяч друг другу
- «забей в ворота»

4 Эстафеты:

2 команды «Спартак» и «Динамо»

- «ловкие ребята»- покрутился - ведение мяча между обручами
- «обратный поезд» (бег прямо и спиной)
- Кувырок на мате - удар мячом в ворота

5 П/и «Подвижная цель» / дети должны попасть мяч ногой в водящего/

6 Массаж ног

№2 Конспект учебно-тренировочного занятия по футболу «Мы - юные футболисты»

Цель: Популяризация игры в футбол.

Задачи:

- Расширять знания детей о футболе как виде спорта и игре.
- Формировать навыки самых разнообразных действий с мячом в процессе подвижных игр, эстафет (умения обводить мяч ногой вокруг предметов; техники удара по мячу внутренней стороной стопы; отбивания мяча ногой в цель; передачи мяча ногой друг другу; координационные способности).

- Создавать благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей, преодолевать эгоистические побуждения, воспитывать выдержку.

Оборудование: мячи (по количеству детей, кегли, мультимедийное оборудование).

Виды детской деятельности и формы работы с детьми:

Игровая Игра «Вокруг света». Эстафеты: 1. Попади в цель, 2. «Ты мне, я тебе», 3. «Вратарь и нападающие».

Двигательные игровые упражнения:

«Футболист и ловишка», вести мяч, увертываясь и убегая от нападающего, стараясь сохранить свой мяч.

«Морские волны», прокатывание мяча от одной ноги к другой на месте и в движении.

Место проведения: спортивный зал.

Количество детей: 16-18

Материал и оборудование: футбольные мячи по количеству детей, фишки, корзина, свисток, гимнастические палки, гимнастическая скамейка.

Ход занятия

Ребята, сегодня мы поговорим об одной очень увлекательной игре. Какой? Попробуйте отгадать.

Название этой игры происходит от двух английских слов: фут – ступня и бол – мяч. Футбол — самая древняя игра, где и когда она появилась трудно сказать, но первые игры напоминали борьбу воинов, которые хотели проникнуть на территорию противника. Победителем становилась та команда, которая большее забивала мяч за определенную черту. В таких играх участвовало по несколько сот человек.

За многие годы правила игры не очень изменились: играют две команды, мяча можно касаться только ногой или головой, но ни в коем случае не рукой. Один только вратарь, который защищает ворота, может ловить мяч руками. Футбол любят не только мальчики, но и девочки. Сейчас во многих городах появляются женские футбольные команды.

Ребята, названия каких футбольных команд вы знаете?

Дети: «Спартак», «Динамо», «Локомотив», «ЦСКА», «Торпеда» — Москва; «Рубин» — Казань; «Зенит» — Санкт – Петербург.

Инструктор: В какое время года можно играть в футбол?

Дети: В любое время года.

Инструктор: Что необходимо для игры в футбол?

Дети: Ворота, мяч.

Инструктор: Футбол — это страстное противоборство двух команд, в котором проявляются скорость, сила, ловкость, быстрота реакции. Поэтому футболисты должны быть сильными, ловкими, выносливыми. Свой день они начинают с разминки, вот и мы сегодня начнем наше занятие с массажа. Дети берут в руки мячики – Су Джок

Голова, глаза, два века

Нос и губы, уши вот!

Покатай ты сверху, снизу,

Чтоб помог наш мяч Су Джок. (Водят по лицу)

(Дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом.)

Я мячом круги катаю,

Взад — вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошку.

Будто я сметаю крошку,

И сожму его немножко,

Как сжимает лапу кошка,

Каждым пальцем мяч прижму,

И другой рукой начну.

Посмотрите на ладошку –

Как зелененький лужок!

Побежим по ней мы быстро

На футбольный наш урок

(Водят массажным шариком по ладошке)

Инструктор: Ребята, а вы любите играть в футбол? А за что вам нравится эта игра? (дети читают стихотворение)

Я люблю играть в футбол.

Тут нужна сноровка.

Не забьешь с налета гол
Ты без тренировки.
Я мячом легко владею.
Пяткой бью и головой,
А еще ногой умею
Пасануть разок-другой.
Я встаю с утра пораньше,
И иду скорей во двор.
Разбегаюсь я подальше,
Забиваю Гришке гол!
Он сегодня на воротах.
Проучу его сейчас.
Отомстить ему охота-
Проиграл я прошлый раз.
В дверь «влетает» мяч.

Инструктор: А вот и футбольный мяч. А как вы думаете, зачем он к нам прикатился?

Многие мечтают стать футболистами, и сегодня я приглашаю вас на тренировку.

Звучит футбольный марш.

Дети забегают в зал, берут мячи, строятся в шеренгу. Расчет по порядку. Повороты. Ходьба обычная, на носках, на пятках, ходьба с отбиванием мяча об пол, бег. Обычная ходьба.

Разминка – игровые упражнения с элементами футбола.

Прокатывание мяча стопой с остановкой по сигналу.

Игровое упражнение «Морские волны» прокатывание мяча от одной ноги к другой на месте и в движении.

Ведение мяча ногой «змейкой».

Игра «Вокруг света». Дети берут обручи, кладут их на пол. Ведут мяч вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Направление меняется по свистку педагога.

Игровое упражнение «Футболист и ловишка». По сигналу футболисты начинают вести мяч, увертываясь и убегая от ловишки, стараясь сохранить свой мяч. Ловишка старается увести мяч у игроков ногой. У кого он уведет мяч, тот становится ловишкой.

Инструктор: Сейчас мы проведем соревнования между двумя футбольными командами: командой «Динамо» и «Спартак».

Дети делятся на две команды «Динамо» и «Спартак».

1. Попади в цель. На линию ставят 10 кеглей. Игроки команды «Динамо» по очереди ударом ноги по мячу пытаются сбить кегли. Победитель получает очко. Затем упражнение выполняет вторая команда.

Свисток дает игры начало,
И вся команда побежала,
Сейчас забьем голов мы пять,
В футболе любим побеждать!

2. «Ты мне, я тебе». Игроки команд становятся друг напротив друга. По сигналу отбивают ногой мяч через среднюю линию. По сигналу игра останавливается, подсчитываются мячи, находящиеся на стороне противника. У кого меньше мячей, та команда получает очко.

Любим мы в футбол играть,
Голы мы любим забивать!
А вратарь, ты не зевай,
И голы не пропускай!

3. «Вратарь и нападающие». Вратарь команды «Спартак» становится в ворота. Игроки команды «Динамо» выстраиваются на линии старта. По сигналу игроки забивают по одному мячу в ворота. Вратарь старается отбить. Чья команда больше забила мячей в ворота, та получает очко.

Подводятся итоги игры.

Дети кладут мячи на место и принимают удобное положение, лёжа на полу. Глаза закрыты. Звучит спокойная музыка, каждый думает о чём-нибудь хорошем. После окончания музыки дети открывают глаза, затем делятся своими впечатлениями.

Подводится итог занятия. (Доска самооценки. Фишки-мячи)

№3 Конспект физкультурного занятия с родителями «Веселый мяч» - ФУТБОЛ

Цель: Вызвать у детей эмоциональный отклик на игру в Футбол, создать радостное и веселое настроение, учить детей элементам игры футбол.

Задачи:

- укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие;
- овладение спортивной техникой, воспитание волевых качеств;
- приобретение практических навыков и теоретических знаний в футболе;
- воспитание интереса и любви к футболу;
- взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями и преподавателями физического воспитания детских садов и школ для активного привлечения детей к занятиям футболом.

Виды детской деятельности и формы работы с детьми:

Игровая П/игра: «Точно в цель»

Двигательная Спортивные упражнения: передача мяча внутренней стороной стопы, остановка подошвой, удары по мячу внутренней стороной стопы и серединой подъёма.

Место проведения: спортивный зал.

Количество детей: 16-18

Оборудование: 2 футбольных мяча, 4 конуса, мячи для общеразвивающих упражнений по количеству детей и родителей.

И. : Ребята, к нам в гости пришел «Веселый мяч» не просто так. Он вас познакомит с видом спорта, где в него играют, и решил с вами поиграть. Ребята, а вы знаете, что ни будь про этот мячик.

Дети: нет!

И. : Этот мячик не простой. В него играют футбол. Футбол это вид спорта, этот вид спорта принимает участие в летних Олимпийских играх. Есть олимпиада летняя и зимняя. К зимней олимпиаде относятся хоккей, фигурное катание, лыжи и т. д. А летней олимпиаде легкая атлетика, бег, прыжки, футбол, волейбол и т. д. Вот мы с вами сегодня познакомимся и поиграем в футбол. Но для этого нужно размяться.

Дети и родители становятся в колонну по одному, делают разминку (ходьба и бег) и гимнастику.

ОРУ с мячом

1. И. п. о. с. руки с мячом внизу. В. поднять руки вверх, посмотреть на мяч, вернуться и. п. (6 раз)

2. И. п. ноги шире плеч мяч в руках. В. наклон вперед коснуться пола, вернуться и. п. (6 раз)

3. И. п. пятки вместе носки врозь, мяч в руках

В. присесть, положить мяч на пол встать, развести руки в стороны, присесть взять мяч показать. (6 раз)

4. И. п. ноги шире плеч, наклон вперед мячом коснуться пола и прокатить мяч вокруг ног (рисую восьмерку).

9. И. п. мяч между ног. В. прыжки на месте (5раз, вокруг себя не выпуская мяч (5раз, выбрасывая ногу Вперед (5раз).

И. : ребята сейчас мы с вами размялись, теперь можем и поиграть вместе с родителями.

Подвижные игры и упражнения с мячом (элементы футбола)

1. Один ребенок катит мяч, другой сбоку ударяет по нему ногой.

2. Один ребенок посылает мяч ногой, другой останавливает (тоже ногой).

3. Вести мяч правой и левой ногой по прямой.

Точно в цель.

Дети и родители делятся на 2 команды. Ворота ставят на противоположной стороне игроков. Игрок ударом по мячу ногой, старается попасть в ворота. И так продолжается пока команда вся не ударит мячом по воротам.

Эстафеты «Бег с мячом»

На площадке обозначается линия старта, за которой команды по 6-8 игроков строятся в колонны. Первые номера каждой команды имеют по мячу. Перед каждой командой на расстоянии 2, 5 м - 3 м один от другого устанавливают 4-5 конуса. По сигналу первые номера устремляются вперед, обводя "змейкой" конусы, и таким же образом возвращаются назад. На линии старт - финиш игрок останавливает мяч и передает его следующему участнику и т. д. Побеждает команда, быстрее закончившая игру.

Пингвины с мячом.

В игре участвуют две команды, которые выстраиваются в колонны за линией старта. В 5 - 8 м от детей - флажки. По сигналу первые номера

каждой команды, зажав между коленями мяч, устремляются к флажку (дети переваливаются с ноги на ногу, словно пингвины). Добежав до флажка, они ударом ноги направляют мяч через площадку вторым номерам, а сами становятся в конец колонны. Игра заканчивается, когда все "пингвины" выполнят перебежки и мяч снова окажется у первого номера колонны. Если ребенок потеряет мяч во время бега, нужно взять его и продолжать игру.

Игра футбол (игра для родителей)

Родители делятся на две команды и играют в футбол по правилам.