Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад «Алёнка» г. Советский»

**Перспективный план**

**по развитию быстроты у детей старшего дошкольного возраста**

**посредством игры в футбол**

Почкалова И.В.,

инструктор по физической культуре

**Перспективный план работы по развитию быстроты у детей 5-6 лет**

**посредством игры в футбол на 2015 – 2016 учебный год.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Задачи** | **Содержание работы** | **Литература** |
| Сентябрь | «История возникновения футбола»  «Основные правила по футболу» | 1.Вызвать интерес к игре футбол.  2.Рассказать об основных правилах игры в футбол. | 1.Рассказ об истории возникновения футбола.  2.Беседа об основных правилах игры в футбол. | Футбол: пер. с англ. / Д.В. Крисфилд. – М.: АСТ: Астрель, 2006. – XXII, 296, (2). с.: ил. – (Шаг за шагом).  О.Б. Лапшин. – Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2014. – 176с. |
| Октябрь | Элементы футбольной техники: ведение мяча, передача мяча в парах | 1.Разучить основные элементы футбольной техники: ведение мяча внутренней стороной стопы, передача мяча носком ноги, остановка подошвой.  2.Разучить подвижную игру с элементами футбола: «Передай пас». | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники. | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил. |
| Ноябрь | Элементы футбольной техники: ведение мяча, удары по мячу. | 1.Закрепить навыки ведения мяча внутренней стороной стопы.  2.Учить выполнять удары по мячу носком ноги и серединой подъёма.  3.Разучить подвижную игру с элементами футбола: «Выбей мяч из круга». | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил. |
| Декабрь  Декабрь | Элементы футбольной техники: удары по мячу, отбор мяча, вбрасывание мяча из-за боковой линии | 1.Закрепить навыки выполнения ударов по мячу.  2.Учить выполнять отбор мяча в единоборстве с соперником, выбивая мяч ногой в выпаде.  3.Закрепить правила подвижных игр с элементами футбола: «Передай пас», «Выбей мяч из круга».  4.Разучить подвижную игру с элементами футбола: «Передай мяч по кругу». | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники.  2.Закрепление навыков футбольной техники на занятиях в оздоровительной группе «Крепыш». | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил.  Х. Вайн «Как научиться играть в футбол»: Школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с. |
| Январь  Январь | Элементы футбольной техники: ведение мяча, остановка мяча, удары по мячу. | 1.Совершенствовать навыки ведения мяча по прямой.  2.Учить ведению мяча между предметами поочередно правой и левой ногой.  3.Совершенствовать навыки выполнения ударов по мячу.  4.Повторить подвижные игры с элементами футбола: «Передай пас», «Выбей мяч из круга», «Передай мяч по кругу». | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники.  2.Закрепление навыков футбольной техники на занятиях в оздоровительной группе «Крепыш». | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил.  Х. Вайн «Как научиться играть в футбол»: Школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с. |
| Февраль  Февраль | Вратарская техника, отработка техники выполнения финтов и отбора мяча у соперника | 1.Разучить элементы вратарской техники: ловля и отбивание руками высоколетящего и низколетящего мяча.  2.Учить технике выполнения финтов и отбора мяча у соперников.  3.Разучить подвижную игру с элементами футбола: «У кого меньше мячей». | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники.  2.Закрепление навыков футбольной техники на занятиях в оздоровительной группе «Крепыш». | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил.  Х. Вайн «Как научиться играть в футбол»: Школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с. |
| Март  Март | Элементы футбольной техники: ведение мяча, удары по мячу, вратарская техника. | 1.Учить выполнять передачи мяча в ходьбе.  2.Повторить передачи мяча различными частями стопы и удары по мячу.  3.Закрепить элементы вратарской техники: ловля и отбивание высоколетящего и низколетящего мяча.  4.Разучить подвижную игру с элементами футбола: «Точно в цель». | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники.  2.Закрепление навыков футбольной техники на занятиях в оздоровительной группе «Крепыш». | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил.  Х. Вайн «Как научиться играть в футбол»: Школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с. |
| Апрель  Апрель | Элементы футбольной техники: ведение мяча, передача мяча, отбор мяча, удары по мячу. | 1.Совершенствование навыков ведения мяча, передачи мяча различными частями стопы.  2.Учить передачу мяча в беге.  3.Закрепить навыки отбора мяча и ударов по мячу различными частями стопы.  4.Закрепить правила подвижной игры с элементами футбола «У кого меньше мячей». | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники.  2.Закрепление навыков футбольной техники на занятиях в оздоровительной группе «Крепыш». | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил.  Х. Вайн «Как научиться играть в футбол»: Школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с. |

**Перспективный план работы по развитию быстроты у детей 6-7 лет**

**посредством игры в футбол на 2015 – 2016 учебный год.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Задачи** | **Содержание работы** | **Литература** |
| Сентябрь | «Спортивная игра футбол»  «Правила игры» | 1.Вызвать интерес к игре футбол.  2.Повторить основные правила игры в футбол. | 1. Беседа о спортивной игре футбол.  2.Повторение основных правилах игры в футбол. | Футбол: пер. с англ. / Д.В. Крисфилд. – М.: АСТ: Астрель, 2006. – XXII, 296, (2). с.: ил. – (Шаг за шагом).  О.Б. Лапшин. – Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2014. – 176с. |
| Октябрь | Элементы футбольной техники: ведение мяча, передача мяча в парах  Двусторонняя игра в футбол | 1.Повторить основные элементы футбольной техники: ведение мяча внутренней стороной стопы, передача мяча носком ноги, остановка подошвой.  2.Вспомнить основные правила при игре в футбол по упрощённым правилам. | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники.  2.Закрепление навыков футбольной техники на занятиях в оздоровительной группе «Крепыш». | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил. |
| Ноябрь | Элементы футбольной техники: ведение мяча, удары по мячу. Двусторонняя игра в футбол | 1.Закрепить навыки ведения мяча внутренней стороной стопы.  2.Повторить выполнение ударов по мячу носком ноги и серединой подъёма.  3.Закреплять навыки передачи мяча и ударов по мячу в игре в футбол. | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники  2.Закрепление навыков футбольной техники на занятиях в оздоровительной группе «Крепыш». | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил. |
| Декабрь  Декабрь | Элементы футбольной техники: удары по мячу, отбор мяча, вбрасывание мяча из-за боковой линии  Двусторонняя игра в футбол | 1.Закрепить навыки выполнения ударов по мячу.  2.Повторить упражнения в отборе мяча в единоборстве с соперником, выбивая мяч ногой в выпаде.  3. Закреплять навыки передачи мяча, ударов по мячу и отбор мяча у соперника в игре в футбол. | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники.  2.Закрепление навыков футбольной техники на занятиях в оздоровительной группе «Крепыш». | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил.  Х. Вайн «Как научиться играть в футбол»: Школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с. |
| Январь  Январь | Элементы футбольной техники: ведение мяча, остановка мяча, удары по мячу.  Двусторонняя игра в футбол | 1.Совершенствовать навыки ведения мяча по прямой.  2.Закрепить навыки ведения мяча между предметами поочередно правой и левой ногой.  3.Совершенствовать навыки выполнения ударов по мячу.  4. Закреплять навыки выполнения элементов футбольной техники в игре в футбол | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники.  2.Закрепление навыков футбольной техники на занятиях в оздоровительной группе «Крепыш». | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил.  Х. Вайн «Как научиться играть в футбол»: Школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с. |
| Февраль  Февраль | Вратарская техника, отработка техники выполнения финтов и отбора мяча у соперника.  Двусторонняя игра в футбол | 1.Повторить элементы вратарской техники: ловля и отбивание руками высоколетящего и низколетящего мяча.  2.Повторить технику выполнения финтов и отбора мяча у соперников.  3. Закреплять навыки выполнения элементов футбольной техники в игре в футбол | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники.  2.Закрепление навыков футбольной техники на занятиях в оздоровительной группе «Крепыш». | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил.  Х. Вайн «Как научиться играть в футбол»: Школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с. |
| Март  Март | Элементы футбольной техники: ведение мяча, удары по мячу, вратарская техника.  Двусторонняя игра в футбол | 1.Повторить передачи мяча в ходьбе.  2.Повторить передачи мяча различными частями стопы и удары по мячу.  3.Закрепить элементы вратарской техники: ловля и отбивание высоколетящего и низколетящего мяча.  4. Закреплять навыки выполнения элементов футбольной техники в игре в футбол | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники.  2.Закрепление навыков футбольной техники на занятиях в оздоровительной группе «Крепыш». | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил.  Х. Вайн «Как научиться играть в футбол»: Школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с. |
| Апрель  Апрель | Элементы футбольной техники: ведение мяча, передача мяча, отбор мяча, удары по мячу.  Двусторонняя игра в футбол | 1.Совершенствование навыков ведения мяча, передачи мяча различными частями стопы.  2.Повторить передачу мяча в беге.  3.Закрепить навыки отбора мяча и ударов по мячу различными частями стопы.  4. Закреплять навыки выполнения элементов футбольной техники в игре в футбол | 1.Использование в непосредственно образовательной деятельности элементов футбольной техники.  2.Закрепление навыков футбольной техники на занятиях в оздоровительной группе «Крепыш». | Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Р. Дангворт, Дж. Миллер, К. Гриффорд – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264с.: ил.  Х. Вайн «Как научиться играть в футбол»: Школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с. |