

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №16.

Утверждена:
Приказом МБДОУ
«Детский сад № 16»
от 31.08.2023 № 195 -п

Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»
Для средней группы, 4 - 5 лет.

Срок реализации 10 месяцев

Автор программы:
Козабаранов Никита Сергеевич

г. Саров, 2023г.

Пояснительная записка

Данная дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа направлена на физическое развитие ребенка – дошкольника, сохранение и укрепление его здоровья, формирование двигательных навыков.

Спортивные игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма, улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств.

Занятия футболом способствуют развитию быстроты, ловкости, координации движений, двигательной реакции, ориентировке в пространстве. Игры с мячом развивают навыки поведения в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, смелости, решительности. Дети учатся управлять своим поведением в различных игровых ситуациях.

Социальное развитие ребенка в игре предполагает ориентирование детей на сферу общения и сотрудничества, умение принимать чужие ситуации, как свои. Именно эта способность понимать и чувствовать позицию другого человека составляет фундамент общения друг с другом и со взрослыми. Во время игры дети испытывают самый широкий диапазон переживаний, так же учатся взаимодействовать, сотрудничать, командовать, уступать и т.д.

Очень ценно, что занятия спортивными играми и упражнениями способствуют воспитанию у дошкольников положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи.

Достаточная физическая активность детей во время спортивных игр и тренировок, подкрепляющаяся соответствующей тренировкой основных физиологических систем организма (нервной, сердечно – сосудистой и дыхательной) является одним из факторов сохранения и улучшения здоровья, повышения жизненного тонуса.

Актуальность программы состоит в том, что в процессе занятий-тренировок дети получают элементарные сведения о методах освоения двигательных действий, у них формируются такие качества личности, как компетентность (владение своим телом, различными видами движений на уровне, соответствующем его возрасту), умение адекватно реагировать на изменение окружающей обстановки. Ребенок подводится к самостоятельному и творческому использованию результатов двигательной деятельности в разных пространственных средах

Цель образовательной программы: познакомить детей с правилами игры, учить техническим приемам игры в футбол.

Задачи:

1. Формировать элементарные представления о правилах игры в футбол.
2. Развивать простейшие тактико – технические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка. Учить выполнять их во взаимодействии с другими игроками.
3. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, координационные способности, точность движений, глазомер, выносливость.
4. Развивать морально-нравственные качества: смелость, решительность, справедливость, уверенность в своих силах, самостоятельность, активность, целеустремленность.
5. Воспитывать чувство товарищества, дружеские взаимоотношения, чувство команды.

Отличительные особенности данной программы: начало занятий с детьми дошкольного возраста, постепенное усвоение технических приемов игры в футбол путем усложнения условий их выполнения, наличие игровых методов и приемов обучения, использование метода круговой тренировки.

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы: 4 - 5 лет.

Сроки реализации дополнительной образовательной программы: 10 месяцев. Программа предусматривает включение ребенка в освоение программы на любом этапе ее реализации

Формы занятий: занятие – тренировка, игровое занятие, занятие – соревнование.

Методы и приемы, помогающие осуществлять индивидуальный подход: дифференциация заданий, дозировка заданий, ограничение зоны действия, мобильные объединения детей при выполнении заданий.

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

Способом проверки усвоенных технических приемов владения мячом является выполнение тестовых заданий (автор – В.В.Кантан):

- овладение ударами по мячу ногами
- остановка мяча
- ведение мяча
- техника игры вратаря.

Ожидаемые результаты работы:

- освоение детьми техники игры в футбол; результативность, уверенность и точность выполнения движений с мячом;
- развитие физических качеств детей;
- развитие «чувства команды», умения согласовывать свои действия с действиями партнеров в игре, подчинять свое поведение единым игровым правилам;
- повышение интереса детей к спортивным играм;
- участие в районных и городских соревнованиях по мини – футболу среди дошкольных команд;
- интерес родителей к успехам детей.

**Годовой календарный учебный график
Услуги «Футбол»**

	Средняя группа
Режим работы	С 16.00-17.30 ч.
Начало оказания услуги	С 18.09.2023 г.
Окончание оказания услуги	31.08.2024 г.
Продолжительность учебной недели	1 день
Продолжительность реализации услуги	40 недель
Объем учебной нагрузки	1 занятие
Продолжительность организованной образовательной деятельности	30 мин.
Педагогическая диагностика по индивидуальному учёту освоения воспитанниками дополнительной программы	1ч.

Средства обучения и воспитания для реализации дополнительной общеразвивающей программы «Футбол»

- Шведская стенка
- гимнастические скамейки
- игровое поле с разметкой
- мячи футбольные (на подгруппу детей, 10 шт.)
- скакалки (на подгруппу детей, 10 шт.)
- конусы-ориентиры (10 шт.)
- кегли (10 шт.)
- схемы технических приемов игры в футбол

**Учебные предметы, курсы, дисциплины (модули), практики, предусмотренные
дополнительной общеразвивающей программой «Футбол»**

1. Овладение ударами по мячу ногами
2. Остановка мяча
3. Ведение мяча
4. Техника игры вратаря.

Учебный план дополнительной общеразвивающей программы «Футбол»
(педагог Козабаранов Н.С.)

Месяц	Количество занятий.
	Средняя группа 4-5 лет
Сентябрь	4
Октябрь	4
Ноябрь	5
Декабрь	4
Январь	4
Февраль	4
Март	4
Апрель	4
Май	3
	1 занятие – промежуточная аттестация (30 минут)
Июнь	1
Август	2
Итого	40

Учебный план

Месяц	№ занятия	Цель, содержание	Методическое обеспечение
Сентябрь	1 Знакомство	<ol style="list-style-type: none"> 1. Познакомить с правилами игры в футбол. Упражнять в ходьбе и беге змейкой, ведении мяча ногами. 2. Развивать ловкость, быстроту, внимание. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре. 	Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие.
	2 Играем в парах	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в игре с мячом в парах. Упражнять в беге и прыжках, умение действовать по сигналу. 2. Развивать внимание, глазомер. 3. Воспитывать уверенность в своих силах. 	
	3 Учим технику	<ol style="list-style-type: none"> 1. Познакомить с элементами техники игры в футбол (удары по неподвижному мячу, остановка мяча, удар по воротам). 2. Развивать координацию, точность движений, выносливость. 3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям. 	
	4 Прокатываем мяч	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в прокатывании мяча ногами, соизмеряя удары по мячу, ударном движении (без мяча). 2. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения. 	
Октябрь	1 Перекатываем мяч	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в перекатывании мяча друг другу, отбивая его поочередно правой и левой ногой, ударять по неподвижному мячу, упражнять в беге за мячом. 2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер. 3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям. 	Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).
	2 Смотрим за мячом	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, ударе ногой по неподвижному мячу 2. Развивать координацию движений, глазомер. 3. Воспитывать интерес к играм с мячом. 	
	3 Ведем мяч	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой до противоположной линии, беге за мячом. 2. Развивать ловкость, быстроту, внимание. 	

	4 Развиваем технику	3. Воспитывать дружеские взаимоотношения. 1. Отрабатывать действия с мячом на месте и в движении, упражнять в остановке мяча ногой, ударе мяча по воротам. 2. Развивать технику ходьбы, бега. 3. Воспитывать желание играть вдвоем.	
Ноябрь	1 Знакомимся с площадкой	1. Познакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, вокруг обруча, остановке мяча ногой. 2. Развивать ловкость. 3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям.	Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).
	2 Развиваем координацию	1. Формировать представления об элементах техники игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, между конусами, вокруг обруча, остановке мяча ногой. 2. Развивать координацию движений, выносливость. 3. Воспитывать желание играть вдвоем, втроем.	
	3 Ведем мяч и бьем	1. Упражнять в ведении мяча по прямой, остановке ногой, попадании в ворота. 2. Развивать глазомер, точность. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм.	
	4 Мы уверены в своих силах!	1. Упражнять в ведении мяча вокруг ног, ведении и остановке мяча в разных направлениях по сигналу. 2. Развивать внимание, глазомер. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.	
Декабрь	1 Прокатываем мяч разными ногами	1. Упражнять в прокатывании мяча правой и левой ногой, попадании им в кеглю. 2. Развивать ловкость, быстроту. 3. Воспитывать уважение друг к другу.	Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие.
	2 Закрепляем	1. Упражнять в прокатывании мяча друг другу по прямой между флажками, соизмерении силы удара, передаче мяча. 2. Развивать быстроту, глазомер. 3. Воспитывать чувство товарищества.	
	3 Направляем удар	1. Упражнять детей в направлении удара по мячу внутренней стороной стопы. 2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.	
	4 Закрепляем умения	1. Закреплять умение прокатывать мяч, играя в парах, со стенкой. 2. Развивать ловкость, глазомер.	

	5. Играем вместе	3. Воспитывать интерес к двигательной деятельности. 1. Упражнять в ударах мяча о стенку и обратно, игре парах, тройках, кругу. 2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер. 3. Воспитывать уважение друг к другу.	
Январь	1 Меняем положение ног 2 3 Сильно бьем	1. Упражнять в ударах по неподвижному мячу ногой (серединой подъема, внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы), продолжать учить играть в парах. 2. Развивать ловкость, быстроту, внимание. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм. 1. Промежуточная аттестация. 1. Упражнять в ведении мяча правой ногой, в силе удара ногой. 2. Развивать ловкость, меткость, ориентировку на поле. 3. Воспитывать чувство товарищества.	Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).
Февраль	1 Мы меняем темп 2 Мы внимательны 3 Мы тактики	1. Упражнять в ведении мяча ногой с изменением темпа и направления, ударе по воротам. 2. Развивать ориентировку на поле, глазомер. 3. Воспитывать смелость, решительность. 1. Упражнять в умении догонять и останавливать мяч ногой, игре с мячами. 2. Развивать внимание, быстроту, ловкость. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм. 1. Упражнять в тактико – технических действиях с мячом, точности удара по неподвижному мячу, ведении мяча в прямом направлении, остановке по сигналу. 2. Развивать внимание, быстроту реакции. 3. Воспитывать интерес к совместным играм.	Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).
Март	1 Закрепляем знания 2 Развиваем координацию	1. Закреплять технику игры в футбол, ведение мяча, удары по воротам. 2. Развивать ловкость, глазомер. 3. Воспитывать интерес к спортивным играм. 1. Упражнять в ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, игре в парах. 2. Развивать координацию движений.	Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа,

	<p>3 Обводим конус</p> <p>4 Слушаем сигнал</p> <p>5. Мы ловкие и быстрые</p>	<p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p> <p>1. Упражнять в ведении мяча вокруг конуса, по прямой.</p> <p>2. Развивать быстроту, ориентировку на поле.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p> <p>1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой мяча ногой по сигналу.</p> <p>2. Развивать координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать чувство партнерства.</p> <p>1. Упражнять в ведении и остановке мяча ногой, ударах по неподвижному мячу, игре со стенкой.</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на поле.</p> <p>3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.</p>	<p>В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).</p>
Апрель	<p>1 Бежим за мячом</p> <p>2 Мы внимательные</p> <p>3 Мы активные в игре</p> <p>4 Ведем мяч разными ногами</p>	<p>1. Упражнять в беге за катящимся мячом, ведении и остановке мяча ногой.</p> <p>2. Развивать быстроту, ловкость.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p> <p>1. Упражнять в ходьбе и беге с мячом с остановкой и поворотом по сигналу.</p> <p>2. Развивать внимание, равновесие.</p> <p>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</p> <p>1. Упражнять в действиях с мячом, отрабатывать удары по мячу разными способами.</p> <p>2. Развивать ловкость, координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p> <p>1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой, забивании мяча в ворота.</p> <p>2. Развивать ориентировку на поле, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать активность в игре.</p>	<p>Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастера для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).</p>
Май	<p>1 Бьем по мячу</p> <p>2 Играем в командах</p> <p>3 Ведем мяч</p>	<p>1. Упражнять в ударах по неподвижному мячу по воротам, игре в парах, тройках.</p> <p>2. Развивать быстроту, ловкость.</p> <p>3. Воспитывать волевые качества.</p> <p>1. Упражнять в ударах по движущемуся мячу на сторону противника, игре в командах.</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p> <p>1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой по сигналу.</p>	<p>Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастера для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных</p>

	4 5	<p>2. Развивать ловкость, уверенность в своих силах.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p> <p>1. Промежуточная аттестация.</p>	образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).
Июнь	<p>1 Меняем ноги</p> <p>2 Закрепляем</p> <p>3 Набиваем мяч</p>	<p>1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой в заданном направлении, ударах мяча о стенку внутренней стороной стопы.</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p> <p>1. Закреплять ведение мяча обеими ногами в заданном направлении и ударе по мячу о стенку внутренней стороной стопы.</p> <p>2. Развивать видение поля.</p> <p>3. Воспитывать интерес к футболу.</p> <p>1. Упражнять в набивании мяча.</p> <p>2. Развивать ловкость, координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p>	Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастера для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).
Август	<p>1 Передаем мяч</p> <p>2</p> <p>3</p>	<p>1. Упражнять в передаче мяча на дальние расстояния.</p> <p>2. Развивать силовые качества.</p> <p>3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.</p> <p>1. Двухсторонняя игра.</p> <p>1. Развивать ловкость, координацию движений.</p>	Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).

Условия реализации программы.

Занятия проводятся в спортивном зале детского сада.

Форма одежды детей: спортивная форма.

Методическое обеспечение программы включает:

- 1 Планы-конспекты занятий;
- 2 Комплексы упражнений на расслабление;
- 3 Комплексы упражнений суставной гимнастики;
- 4 Картотеку подвижных игр.

Материально-техническое обеспечение программы.

Спортивное оборудование (стандартное и нестандартное):

- Шведская стенка
- гимнастические скамейки
- игровое поле с разметкой
- мячи футбольные (на подгруппу детей, 10 шт.)
- скакалки (на подгруппу детей, 10 шт.)
- конусы-ориентиры (10 шт.)
- кегли (10 шт.)
- схемы технических приемов игры в футбол

Результативность занятий

В результате занятий:

- освоение детьми техники игры в футбол; результативность, уверенность и точность выполнения движений с мячом;
- развитие физических качеств детей;
- развитие «чувства команды», умения согласовывать свои действия с действиями партнеров в игре, подчинять свое поведение единым игровым правилам;
- повышение интереса детей к спортивным играм;
- участие в районных и городских соревнованиях по мини – футболу среди дошкольных команд;
- интерес родителей к успехам детей.

Список литературы.

1. Адашквичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» М., Просвещение, 1992.
2. Кантан В.В. «Раннее физическое развитие ребенка» С.- Пб, 2001.
3. Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов / Х. Вайн. - Пер. с итал. - М.: Терра-Спорт; Олимпия Пресс, 2004. - 244 с. - (Первый шаг).
- 4.. Мосягин, С.М. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. Теория и методика футбола: Издание Российского футбольного союза / С.М. Мосягин, М.А. Годик, И.А. Швыков. – Олимпия; Человек, 2007. - Изд. №28.
5. Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н., 2014.
6. Вайн, Хорст Как научиться играть в футбол. Школа технического мастерства для молодых / Хорст Вайн. - М.: Спорт, 1994. - 322 с.
7. Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). Учебник / В.П. Губа. - М.: Спорт, 2016. - 200 с.

Принята:

на заседании педагогического совета

от 22.05.2023 г.

протокол № 8

