

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 старшей группы, 5 - 6 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 элементарное представление 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: 5 – 6 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»

	Старшая 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	43 недели
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.
	Старшая группа 5-6 лет.
Сентябрь	4
Октябрь	5
Ноябрь	4
Декабрь	4
Январь	4
Февраль	4
Март	4
Апрель	5
Май	3
	1 занятие – промежуточная аттестация (30 минут)
Июнь	2
Август	3
Итого	43

Учебный план 3

Месяц	№ занятия	Цель, содержание	Методическое обеспечение
Сентябрь	<p>1. Знакомство с футболом.</p> <p>2. Мы ведем, бьем, передаем.</p> <p>3. Мы учимся находить выход из ситуаций.</p> <p>4. Мы бьем по мячу разными способами.</p>	<p>1. Познакомить детей с игрой в футбол, историей ее возникновения. Упражнять в простейших технико – тактических действиях с мячом: ведение, передача мяча, обводка.</p> <p>2. Развивать координацию, быстроту, ловкость.</p> <p>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</p> <p>1. Продолжать знакомить детей с игрой в футбол. Учить простейшим действиям с мячом: ведение, удар, передача.</p> <p>2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</p> <p>1. Упражнять в действиях с мячом, учить самостоятельно находить выход в создавшейся игровой ситуации.</p> <p>2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p> <p>1. Упражнять в ударе по мячу ногами: внешней и внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частям подъема – носком и пяткой.</p> <p>2. Развивать ловкость, глазомер, пространственную ориентировку.</p> <p>3. Воспитывать организованность, дисциплину.</p>	<p>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).</p>
Октябрь	<p>1. Мы ориентируемся в пространстве.</p> <p>2. Мы развиваем глазомер.</p> <p>3. Мы играем в парах.</p>	<p>1. Учить размаху бьющей ноги вперед с разворотом стопы на 90*, удару по неподвижному мячу с места.</p> <p>2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям.</p> <p>1. Упражнять в посыле мяча низом в ворота с расстояния в 8 – 10 шагов, игре с мячом в парах.</p> <p>2. Развивать глазомер, точность.</p>	<p>Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Губа, В. П. Теория и методика мини-</p>

	4. Мы уверены в своих силах.	<p>3. Воспитывать умение работать с партнером.</p> <p>1. Упражнять в посыле мяча низом в ворота с расстояния в 8 – 10 шагов, смещая точку удара на 3 – 4 шага в сторону, игре с мячом в парах.</p> <p>2. Развивать умение играть в парах, мягко подкатывая мяч к ногам партнера.</p> <p>3. Воспитывать организованность, дисциплину.</p> <p>1. Упражнять в выполнении ударов по неподвижному мячу о стенку с 3-х шагов, игре в парах.</p> <p>2. Развивать ловкость, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p>	футбола (футзала).
Ноябрь	<p>1. Мы быстры и внимательны.</p> <p>2. Ведем мяч в движении.</p> <p>3. Желание играть.</p> <p>4. Ведем мяч вокруг конуса.</p> <p>5. Бьем мяч.</p>	<p>1. Упражнять в ударе по неподвижному мячу с места и разбега, игре в парах.</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, внимание.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p> <p>1. Упражнять в ведении мяча в беге, передаче в парах.</p> <p>2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту.</p> <p>3. Воспитывать организованность.</p> <p>1. Упражнять в ударах по мячу, ведению, передаче мяча, индивидуальной тактике действий.</p> <p>2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту.</p> <p>3. Воспитывать желание принимать активное участие в игре.</p> <p>1. Упражнять в ведении мяча вокруг конуса правой и левой ногой в разных направлениях, игре в парах.</p> <p>2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту.</p> <p>3. Воспитывать организованность, отзывчивость.</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).

Декабрь	<p>1. Бьем «щечкой».</p> <p>2. Мы перестраиваемся.</p> <p>3. Упражняемся с мячом.</p> <p>4. Развиваем глазомер.</p>	<p>1. Упражнять в ведении мяча между предметами, в ударах «щечкой», не останавливая отскочившего от стены мяча.</p> <p>2. Развивать ловкость, глазомер, быстроту.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.</p> <p>1. Упражнять в посыле мяча ударом «щечкой» партнеру по игре, применяя разные вида построения: в две шеренги, четырехугольником, по кругу.</p> <p>2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать интерес к двигательной деятельности.</p> <p>1. Отрабатывать выполнение упражнения с мячом на месте, на медленном ходу, во время быстрого бега.</p> <p>2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p> <p>1. Упражнять в ударе по мячу внутренней частью подъема ноги товарищу, в цель (ворота).</p> <p>2. Развивать глазомер, точность.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах</p>	Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).
Январь	<p>1. Играем в игры.</p> <p>2.</p> <p>3. Мы волевые игроки.</p>	<p>1. Упражнять детей в игровых ситуациях: «догони мяч», «отними мяч», «сбей кегли», «попади в ворота».</p> <p>2. Развивать смекалку, выдержку, быстроту.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощь.</p> <p>1. Промежуточная аттестация.</p> <p>1. Упражнять в прыжках через скакалку, отжимании, забрасывании мяча в корзину.</p> <p>2. Развивать глазомер, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.</p>	Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).
Февраль	1. Мы играем в мини-футбол.	<p>1. Упражнять в ведении мяча то правой, то левой ногой; игру в парах, тройках, в «мини-футбол».</p> <p>2. Развивать ориентировку, ловкость, быстроту.</p>	Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического

	<p>2. Отбор мяча.</p> <p>3. Мы вратари.</p> <p>4. Мы уверены в своих силах.</p>	<p>3. Воспитывать организованность, дисциплину.</p> <p>1. Упражнять в приеме отбирать мяч у партнера по игре (не касаясь руками другого игрока), в ведении мяча между предметами, вбрасывании из-за боковой линии. Игра в парах «Забей гол».</p> <p>2. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать интерес к спортивным упражнениям.</p> <p>1. Отрабатывать приемы вратаря: не стоять на месте, ловить мяч, отбивать его, вести ногой. Игра «Меткий футболист».</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать интерес и желание играть в футбол.</p> <p>1. Формировать умение видеть мяч и расположение защитников, выбегать на свободное место для получения мяча.</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p>	<p>мастерства для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие.</p>
<p>Март</p>	<p>1. Мы бьем по мячу.</p> <p>2. Мы играем.</p> <p>3. Мы останавливаем мяч.</p> <p>4. Мы точны и быстры.</p>	<p>1. Упражнять в ударе с места ногой, игре в парах.</p> <p>2. Развивать глазомер, ориентировку.</p> <p>3. Воспитывать смелость, решительность</p> <p>1. Упражнять во вбрасывании из боков, спины, ведении между предметами. Игра в парах, тройках, «футбол».</p> <p>2. Развивать ловкость, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p> <p>1. Упражнять в остановке катящегося мяча внутренней стороны стопы, отрабатывать удары пяткой с разбега, играть в парах.</p> <p>2. Развивать быстроту, ловкость, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p> <p>1. Упражнять в остановке катящегося мяча подошвой,</p>	<p>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).</p>

		<p>отрабатывать игру в парах со стенкой.</p> <p>2. Развивать точность, быстроту реакции, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</p>	
Апрель	<p>1. Мы бьем пяткой.</p> <p>2. Мы вбрасываем мяч.</p> <p>3. Мы бьем пяткой по воротам.</p> <p>4. Мы нападаем и защищаемся.</p>	<p>1. Упражнять в ударах пяткой по неподвижному мячу с места, с разбега. Упражнять в игре в парах в одни ворота.</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, внимание.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p> <p>1. Упражнять в ударах пяткой в парах, вбрасывании с боковой линии двумя руками из-за головы.</p> <p>2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p> <p>1. Упражнять в ударах пяткой с небольшого разбега по воротам (расстояние 5-7 м).</p> <p>2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать чувство партнерства.</p> <p>1. Отрабатывать технические приемы игры в тройках, в кругу: нападение, защита, вратарь.</p> <p>2. Развивать глазомер, ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</p>	<p>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).</p>
Май	<p>1. Мы владеем мячом.</p> <p>2. Мы принимаем мяч.</p> <p>3. Мы тактики.</p>	<p>1. Упражнять в приемах владения мячом: вокруг конусов, в разных направлениях, игре в кругу, тройках, команде.</p> <p>2. Развивать ловкость, ориентировку.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p> <p>1. Упражнять в приемах владения мячом, меняя темп, направление, силу удара; играть вдвоем, втроем, в команде.</p> <p>2. Развивать ловкость, ориентировку, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p>	<p>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-</p>

	4.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять тактико-технические приемы игры в футбол: защиты и нападения. 2. Развивать быстроту, ловкость. 3. Воспитывать желание заниматься спортивными играми. <ol style="list-style-type: none"> 1. Промежуточная аттестация. 	футбола (футзала).
Июнь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Мы ведем и бьем. 2. Мы смотрим в поле. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой в заданном направлении, ударах мяча о стенку внутренней стороной стопы. 2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер. 3. Воспитывать уверенность в своих силах. <ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять ведение мяча обеими ногами в заданном направлении и ударе по мячу о стенку внутренней стороной стопы. 2. Развивать видение поля. 3. Воспитывать интерес к футболу. 	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).
Август	<ol style="list-style-type: none"> 1. Мы передаем мяч. 2. Мы проверяем навыки. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в передаче мяча на дальние расстояния. 2. Развивать силовые качества. 3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества. 	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:

- Планы-конспекты занятий;
- Комплексы упражнений на расслабление;
- Комплексы упражнений суставной гимнастики;
- 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.: Terra-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

