

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 подготовительной группы, 6 - 7 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 младшего 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:** 6 – 7 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.

**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.                             |
|----------|---|
|          | Подготовительная группа 6-7 лет.                |
| Сентябрь | 4   |
| Октябрь  | 5   |
| Ноябрь   | 4   |
| Декабрь  | 4   |
| Январь   | 3   |
| Февраль  | 4   |
| Март     | 3   |
| Апрель   | 5   |
| Май      | 3   |
|          | 1 занятие – промежуточная аттестация (30 минут) |
| Июнь     | 2   |
| Август   | 3   |
| Итого    | 41  |

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

|  |                         |
|--|-------------------------|
|  | Подготовительная 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  | 41 неделя               |
| Объем учебной нагрузки   | 1 занятие               |
| Продолжительность организованной образовательной деятельности  | 30 мин.                 |
| Педагогическая диагностика по индивидуальному учёту освоения воспитанниками дополнительной программы | 1ч.                     |

### Учебный план 4

| Месяц    | № занятия  | Цель, содержание   | Методическое обеспечение  |
|----------|--|--|---|
| Сентябрь | <p>1. Знакомство с полем.</p> <p>2. Мы закрепляем правила игры.</p> <p>3. Мы ищем выход.</p> <p>4. Мы бьем по мячу щечкой.</p> | <p>1. Познакомить с правилами игры, игровым полем, разметкой. Закрепить способы действий с мячом.</p> <p>2. Развивать ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать желание играть в футбол.</p> <p>1. Закрепить правила игры. Упражнять в приемах защиты и нападения. Совершенствовать технику владения мячом во взаимосвязи с другими игроками.</p> <p>2. Развивать ориентировку на игровом поле.</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 ловкость, выносливость, смекалку.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p> <p>1. Упражнять в ударе по мячу щечкой, игре в парах, в точном пасае партнеру.</p> <p>2. Развивать ловкость, глазомер, пространственную ориентировку.</p> <p>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</p> | <p>Адашкявичене Э.Й.</p> <p>«Спортивные игры и упражнения в детском саду», Кантан В.В.</p> <p>«Раннее физическое развитие ребенка», Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Мосягин, С.М. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет</p> |
| Октябрь  | <p>1. Мы защищаемся и нападаем.</p> <p>2. Взаимодействие с партнерами.</p> <p>3. Мы играем.</p>                                | <p>1. Закреплять правила игры, упражнять в технике защиты и нападения.</p> <p>2. Развивать ориентировку на игровом поле.</p> <p>3. Воспитывать желание играть в футбол.</p> <p>1. Совершенствовать технику владения мячом во взаимодействии с партнерами. Упражнять в силе удара по мячу.</p> <p>2. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку в пространстве..</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</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. Ведем мяч в парах.   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в технике владения мячом, игра «Борьба за мяч», игра в парах «футбол».</li> <li>2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту.</li> <li>3. Воспитывать активность.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ведении мяча в парах, игре со стенкой, с соперником.</li> <li>2. Развивать ловкость, выносливость, глазомер.</li> <li>3. Воспитывать чувство товарищества.</li> </ol>  | футбола (футзала).   |
| Ноябрь | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Мы перестраиваемся.</li> <li>2. Бьем по мячу.</li> <li>3. Выполняем действия с мячом.</li> <li>4. Обрабатываем мяч.</li> <li>5. Играем в парах</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить посылу мяча ударом «щечкой» партнеру по игре, применяя разные вида построения: в две шеренги, четырехугольником, по кругу.</li> <li>2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.</li> <li>3. Воспитывать интерес к двигательной деятельности.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ударе по мячу внутренней частью подъема ноги (подать мяч товарищу, в цель, в ворота и т.п.).</li> <li>2. Развивать глазомер, быстроту, ловкость.</li> <li>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отрабатывать действия с мячом на месте, на медленном ходу, во время быстрого бега.</li> <li>2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать интерес к игре с мячом.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отрабатывать умение останавливать катящийся (затем – летящий) мяч внутренней стороной стопы и подошвой.</li> <li>2. Развивать ловкость, глазомер, силу.</li> <li>3. Воспитывать интерес к спортивным играм.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в игре в футбол в команде. Закреплять технику нападающий – защитник, игре в парах.</li> <li>2. Развивать глазомер, ловкость, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать интерес к игре в футбол</li> </ol> | Кантан В.В. «Раннее физическое развитие ребенка», Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастера для молодых футболистов, Мосягин, С.М. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет |

|         |  |  |   |
|---------|--|--|---|
| Декабрь | <p>1. Подбиваем мяч.</p> <p>2. Играем в футбол.</p> <p>3. Играем в ситуации.</p> <p>4. Ведем и передаем мяч.</p> | <p>1. Отрабатывать умение подбивать мяч снизу, перебрасывая через планку (высота 20 – 30см, постепенно поднимать выше).</p> <p>2. Развивать ловкость, сноровку.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p> <p>1. Упражнять в действиях с мячом: бег по прямой, ведение мяча между предметами, отбивание от стенки. Игра «Футбол».</p> <p>2. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать выдержку, терпение.</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 взаимопомощь, решительность.</p> <p>1. Упражнять в ведении и пасе мяча партнеру в движении, игре в парах, игре в футбол.</p> <p>2. Развивать ловкость, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать смелость, решительность, справедливость.</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> |
| Январь  | <p>1. Мы ведем мяч.</p> <p>2.</p> <p>3. Играем в футбол.</p>   | <p>1. Упражнять в ведении мяча дальней от соперника ногой при игре в парах.</p> <p>2. Развивать быстроту, выносливость.</p> <p>3. Воспитывать чувство собственного достоинства.</p> <p>1. Промежуточная аттестация.</p> <p>1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой, игре в парах, тройках. Игра «Футбол».</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на поле.</p> <p>3. Воспитывать организованность, дисциплину.</p>   | <p>Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).</p>  |
| Февраль | <p>1. Бьем пяткой по мячу.</p>   | <p>1. Упражнять в ударах пяткой в парах, вбрасывании с боковой линии двумя руками из-за головы.</p>  | <p>Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа</p>   |

|             |  |  |   |
|-------------|--|--|---|
|             | <p>2. Бьем пяткой с разбега.</p> <p>3. Защищаемся и нападаем.</p> <p>4. Бьем по мячу в движении.</p>               | <p>Учить забивать мяч в ворота пяткой.</p> <p>2. Развивать ловкость, быстроту, внимание.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p> <p>1. Упражнять в ударах мяча пяткой по воротам (расстояние 5-7 м) с небольшого разбега.</p> <p>2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.</p> <p>3. Воспитывать чувство коллективизма.</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>1. Упражнять в ударах по мячу с места и в движении ногой, в игре в парах.</p> <p>2. Развивать глазомер, ориентировку на поле.</p> <p>3. Воспитывать смелость, решительность.</p>                                    | <p>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>Март</p> | <p>1. Ведем мяч на свободную позицию.</p> <p>2. Ведем мяч по кругу.</p> <p>3. Мы вратари.</p> <p>4. Ловим мяч.</p> | <p>1. Формировать умение вести мяч на свободную позицию, когда все партнеры закрыты. Упражнять в ведении мяча несильными ударами (толчками) по прямой в медленном темпе, игре в парах.</p> <p>2. Развивать глазомер, ориентировку на поле.</p> <p>3. Воспитывать чувство товарищества.</p> <p>1. Упражнять в ведении мяча по кругу то правой, то левой ногой в медленном, а затем в быстром темпе; игре со стенкой, в футбол.</p> <p>2. Развивать глазомер, ориентировку на поле.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p> <p>1. Упражнять в ловле катящегося и низко летящего мяча, в ведении мяча до ворот, точности удара, по воротам; игре вратаря.</p> <p>2. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку на поле.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p> | <p>Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).</p>                                    |

|        |   |   |   |
|--------|---|---|---|
|        |   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ловле полувысоких мячей, стоя на месте и в прыжке, игре в парах (вратарь – нападающий).</li> <li>2. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку на поле.</li> <li>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</li> </ol>   |   |
| Апрель | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Мы точны.</li> <li>2. Мы тактики.</li> <li>3. Закрепляем технику безопасности.</li> <li>4. Ведем мяч разными способами</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать умение водить, обводить, догонять, отталкивать, догонять и останавливать мяч ногой. Упражнять в точности удара.</li> <li>2. Развивать ловкость, глазомер, точность.</li> <li>3. Воспитывать самостоятельность, самоконтроль.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать простейшие тактико-технические действия с мячом: разные способы ведения мяча, удары по воротам.</li> <li>2. Развивать точность, ориентировку на игровом поле.</li> <li>3. Воспитывать навыки самоорганизации.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять правила игры в футбол, правила техники безопасности.</li> <li>2. Развивать выдержку, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в ведении разными способами, между предметами, отбивании, игре вратаря, защитника.</li> <li>2. Развивать точность, глазомер, выносливость.</li> <li>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</li> </ol> | 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). |
| Май    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Мы играем в спортивные игры.</li> <li>2. Мы играем в футбол.</li> <li>3. Мы ловки и быстры.</li> </ol>                            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять тактико-технические приемы игры в футбол: защиты и нападения.</li> <li>2. Развивать быстроту, ловкость.</li> <li>3. Воспитывать желание заниматься спортивными играми.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в игре в футбол в команде.</li> <li>2. Развивать глазомер, ориентировку на игровом поле.</li> <li>3. Воспитывать уважение друг к другу.</li> </ol>   | Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях,  |

|        |   |   |   |
|--------|---|---|---|
|        | 4.  | 1. Промежуточная аттестация.  | учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала).  |
| Июнь   | 1. Мы ведем и бьем.<br><br>2. Мы смотрим в поле.                              | 1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой в заданном направлении, ударах мяча о стенку внутренней стороной стопы.<br>2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.<br>3. Воспитывать уверенность в своих силах.<br>1. Закреплять ведение мяча обеими ногами в заданном направлении и ударе по мячу о стенку внутренней стороной стопы.<br>2. Развивать видение поля.<br>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 | 1. Мы набиваем мяч.<br><br>2. Мы передаем мяч.<br><br>3. Мы проверяем навыки. | 1. Упражнять в передаче мяча на дальние расстояния.<br>2. Развивать силовые качества.<br>3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.<br>1. Упражнять в набивании мяча.<br>2. Развивать ловкость, координацию движений.<br>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.  | 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.: 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

