

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №3»

Принята
педагогическим советом Учреждения
протокол №1
от 25 августа 2026 г.

Утверждена
приказом заведующего
Детским садом №3
от 25 августа 2026г. №225

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ФУТБОЛ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ»

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 1год

Возраст обучающихся: 5-7 лет
Руководитель: Еркимбаев А.Р.

Каменск-Уральский ГО

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Направленность общеобразовательной общеразвивающей программы:

«Футбол для дошкольников» - программа дополнительного образования для детей дошкольного возраста физкультурно-спортивной направленности по овладению навыками игры в футбол.

1.1.2. Актуальность

Актуальность программы состоит в том, что приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы, честность, тем самым развивает качества, так необходимые ребёнку во взрослой жизни. Дошкольный возраст от рождения ребёнка до поступления в школу – это наиболее ответственный период развития организма и один из важнейших в становлении личности человека. В эти годы закладываются основы крепкого здоровья, гармонического, нравственного, умственного и физического развития. Организм ребёнка в этот период быстро растёт и развивается в то же время, сопротивляемость неблагоприятным влияниям среды ещё низка, ребёнок легко заболевает. Качественно организованный двигательный режим положительно влияет на жизнедеятельность, в частности на эмоциональную сферу и настроение ребёнка. Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают спортивные упражнения, а также элементы спортивных игр.

Овладение видами спортивных упражнений имеет важное значение для разносторонней физической подготовленности детей. В этом контексте весьма привлекательной является идея создания в ДОУ кружка по футболу. Футбол – спортивная игра, требующая соответствующей физической, технической и тактической подготовки игроков, что достигается при помощи специальных и постоянных тренировок. Основное внимание должно быть направлено не на специальную подготовку, а на создание общих предпосылок успешного обучения спортивной игре в футбол.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Футбол для дошкольников» (далее – Программа) педагога дополнительного образования по гимнастике составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон РФ от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022г. №678-р;
5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 №474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
6. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 №809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

9. Приказ министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 №298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
10. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022года № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
11. Приказ Министерства Просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования» (редакция приказа с учётом изменений от 21 апреля 2023 года);
12. Методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях», Министерства образования и молодежной политики Свердловской области, Государственного автономного нетипового образовательного учреждения Свердловской области «Дворец молодёжи», Региональный модельный центр, 2025 год.
13. Положение о платных образовательных услугах Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 3», от 24.08.2023 года № 243;
14. Устав Детского сада № 3.

1.1.3. Отличительные особенности

Новизна данной программы состоит в организационном аспекте игры в футбол.

Данная программа построена на современных образовательных технологиях, которые отражены в:

- принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, результативности);
- формах и методах обучения (активных методах обучения, дифференцированного обучения, занятиях, соревнованиях и т.д.);
- методах контроля и управления образовательным процессом (анализе результатов деятельности детей);
- средствах обучения (перечне необходимого оборудования, инструментов и материалов в расчёте на объединение обучающихся).

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность применение данной программы состоит в использовании более эффективных средств физического воспитания дошкольников. В ряду наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками футбол занимает видное место. И это не случайно. В футбол можно играть как на улице, так и в спортивном зале. Данные занятия способствуют выработке потребностей организма в систематической целенаправленной двигательной деятельности в течение всей жизни, что послужит в дальнейшем средством занятия спортом. В 5-7 лет дети успешно овладевают способами действий, подготавливающих их к участию в активных играх. Потребность в движении, повышенная двигательная активность – наиболее важные составляющие игры в

футбол. Данная программа позволяет раскрыть творческий потенциал ребёнка, подготовить его к участию в соревнованиях по футболу. Дошкольникам прививаются умения правильно выполнять основные технические приёмы и тактические действия, обеспечивается разносторонняя физическая подготовка, сообщаются элементарные теоретические сведения.

1.1.4. Адресат

Программа реализуется с детьми старшего дошкольного возраста 5-7 лет.

Содержание программы ориентировано на детей, не имеющих противопоказаний к занятиям физкультурой, с учётом желаний родителей /(законных представителей).

Каждый возрастной период имеет свою определённую специфику развития. Показателями физического развития детей являются рост, вес, окружность грудной клетки, состояние костной и мышечной систем, внутренних органов, а также уровень развития моторики.

Особенности физического развития пятого года жизни.

➤ Ребенок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнениях. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но еще не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребенок продлевает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убежден в том, что выполнил движение полностью.

➤ Внимание ребенка среднего дошкольного возраста приобретает все более устойчивый характер; совершенствуются зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развиваются преднамеренное запоминание и припоминание. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу.

➤ Ведущие элементы техники разных способов бега, прыжков, метания, действий с мячом не могут быть освоены ребенком и применены продуктивно, если у него недостаточно развиты ловкость, координация и точность движений, быстрота, сила, выносливость, гибкость, а также способность сохранять устойчивое положение тела в самых различных условиях.

➤ Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

Особенности развития детей шестого года жизни

➤ Возрастной период 5 до 6 лет называют периодом «первой вытяжки», когда за один год ребёнок может вырасти на 7-10 см. Средний рост ребёнка колеблется около 106- 107 см., а масса тела 20-21 кг.

➤ Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребёнка к 5-6 годам ещё не завершено. В этом возрасте сила мышц- сгибателей больше силы мышц-разгибателей, что определяет особенности позы ребёнка: голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленях. Поэтому очень важны упражнения для мышц, удерживающих позу и для мышц-разгибателей.

➤ Медленно развиваются мелкие мышцы кисти. Только к 6-7 годам ребёнок овладевает более сложными и точными движениями кисти и пальцев. Игры с мячом в том числе способствуют развитию этих мышц.

➤ Развиваются и сердечнососудистая система и дыхательная. Объём лёгких примерно составляет 1500-2200мл., и развивается под влиянием физических нагрузок.

➤ Артериальное давление у детей данного возраста ниже, чем у взрослого человека. А физические нагрузки оказывают тренирующее воздействие на сердечнососудистую систему; под

влиянием физических нагрузок вначале увеличивается частота пульса, максимальное и минимальное кровяное давление.

➤ По мере тренировки реакция сердечнососудистой системы на физические нагрузки меняется, работа сердца становится более экономичной.

➤ У дошкольников обмен веществ отличается высокой активностью (в 2-2.5 раза больше, чем у взрослого человека). При активной мышечной деятельности энергозатраты возрастают пропорционально интенсивности физических усилий.

➤ У детей шестого года жизни значительно повышается уровень произвольного управления своим поведением. Умение управлять своим поведением, оказывает воздействие на внимание, память, мышление. Развитию этих свойств способствуют упражнения по тактической подготовке.

➤ Формируются и интенсивно развиваются волевые качества у детей, а на их основе появляются новые потребности и интересы.

➤ Дети способны выполнять физические упражнения по своей инициативе, пытаются самостоятельно преодолевать трудности в освоении сложных движений. Им доступна коллективная форма физкультурных соревнований.

1.1.5. Объем и срок освоения

Объем программы

Общее количество учебных часов – 72 часа.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

1.1.6. Особенности организации образовательного процесса

Программа предусматривает групповые занятия с детьми. Состав групп 12-15 человек.

Вся работа по программе выстраивается с широким применением игровой деятельности, т.к. двигательно-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания.

Режим занятий

Продолжительность одного академического часа – 30 минут.

Перерыв между занятиями – 10 минут.

Общее количество часов в неделю – 2 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю.

День недели	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
1 корпус					
	-	-	16.40-17.10 17.20-17.50	-	16.40-17.10 17.20-17.50
2 корпус					
Время	-	-	15.20-15.50 16.00-16.30	-	15.20-15.50 16.00-16.30

Спортивно-оздоровительный блок.

Основными видами оздоровительной деятельности являются:

- сюжетные, подвижные и малоподвижные игры с мячом;
- спортивно-силовые упражнения;

- подражательные упражнения.

Блок начальной (предварительной) подготовки детей.

Основными видами данной деятельности являются:

- отработка удара по мячу ногой - внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъёма;
- остановка мяча ногой - внутренней стороной стопы, подошвой и бедром;
- ведение мяча - средней и внешней частью подъёма; обманным движениям «уходом», «финты»;
- отбор мяча - отбивание ногой в выпаде;
- забивание мяча в ворота.

Формы обучения.

Основные формы тренировочного процесса: групповые тренировочные и теоретические занятия, соревновательные занятия. Оно строится в соответствии с дидактическими принципами и методическими закономерностями тренировочного процесса. К занятию предъявляются следующие основные требования:

- Воздействие тренировочного занятия должно быть всесторонним – воспитательным, оздоровительным и специальным.
- Содержание занятия отвечает конкретным задачам с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, уровня подготовленности и направлено на расширение круга знаний, умений и навыков.
- В процессе занятия нужно применять разнообразные средства и методы обучения и совершенствования, что обусловлено постоянным усложнением задач, динамикой.
- Каждое отдельное занятие должно иметь неразрывную связь с предшествующими и последующими занятиями.

Методы:

- словесной передачи знаний и руководства действиями занимающимися: объяснение, рассказ, беседа;
- обучение техники и тактики: демонстрация (показ), разучивание технико- тактических действий, творческие задания в процессе тренировки и соревнований;
- выполнения упражнения для развития физических качеств;
- наглядные методы обучения (демонстрация, показ).

Основными средствами являются физические упражнения из других видов спорта, направленные на развитие ловкости, гибкости, быстроты, которые в этой возрастной группе имеют наиболее благоприятные возможности развития.

Занятия с мячом строятся аналогично занятиям общеразвивающего типа, т.е. состоит из трёх частей.

Вводная часть (разминка) - 4÷6 мин. Включает строевые упражнения различные виды ходьбы и бега ОРУ.

Основная часть 11÷15 мин. Работа с мячом. Подвижная игра - 3÷4 мин.

Заключительная часть 2÷5 мин. Включает комплекс упражнений на расслабление мышц и снятия утомления.

1.2. Цель и задачи

Цель программы - обучение навыкам игры в футбол и развитие активных двигательных способностей и психических качеств детей дошкольного возраста.

Целевые ориентиры освоения программы включают в себя интегративные качества ребёнка, которые он может приобрести в результате освоения программы: физически развитый, овладевший основными культурно – гигиеническими навыками; любознательный, активный; эмоционально отзывчивый; овладевший средствами общения и способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками; способный управлять своим поведением и планировать свои

действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдающих элементарные общепринятые нормы и правила поведения; способный решать интеллектуальные и личные задачи адекватные возрасту, умеющий работать по правилам и по образцу, слушать взрослого и выполнять его инструкции; овладевший необходимыми умениями и навыками.

Образовательные задачи:

- ✓ Развивать двигательные (мышечная сила, быстрота и т.д.) и психические (ощущения, восприятия, представления, внимание, память на движения) способности детей дошкольного возраста.
- ✓ Развивать морально-волевые качества дошкольников для решения поставленных задач в условиях соревновательного процесса.
- ✓ Создать условия для усвоения первоначальных знаний в области футбола.
- ✓ Обучать технико-тактическим приёмам игры на основе базовых элементов.

Воспитательные задачи:

- ✓ Формировать мотивацию здорового образа жизни.
- ✓ Содействовать всестороннему и гармоничному развитию личности ребёнка.

Оздоровительные задачи:

- ✓ Развивать физические качества дошкольников.
- ✓ Укреплять здоровье детей дошкольного возраста за счёт повышения их двигательной активности.
- ✓ Формировать социальное партнёрство между преподавателями и родителями в здоровьесберегающей сфере.
- ✓

Задачи (5-6 лет)

1. Формировать двигательные навыки у детей, умение работать в команде.
2. Развивать точность и координацию движений, пространственной ориентировки, зрительной и слуховой ориентации.
3. Развитие физических качеств ребёнка.
4. Воспитание положительных нравственно-волевых черт детей, умение принимать быстрые, разумные решения, соблюдение правил игры и спортивного поведения.

1. Играть в футбол по упрощённым правилам 2х2.

Задачи (6-7 лет)

1. Развитие основных двигательных качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости, учить командным взаимодействиям.
2. Формировать умение действовать с мячом, с целью подведения их к усвоению приёмов передачи (паса), остановки, ведению и забивания мяча в ворота.
3. Развитие глазомера, координации, точности при работе с мячом.
4. Умение играть в футбол в команде, соблюдая правила игры и спортивное поведение.

1.3. Планируемые результаты

Планируемые результаты	Дети 5 – 6 лет	Дети 6-7 лет
знают	Спортивные игры с мячом. Футбол, как вид спорта. Основные термины футбола.	Правила игры в футбол. Футбольные термины. Простейшие схемы движения на поле с мячом. Способы отбирания мяча и

		обманных движений.
умеют	Отбивать мяч левой и правой ногой. Передавать мяч товарищу. Ведение мяча ногой по прямой, змейкой, с изменением направления. Забивать мяч в ворота с места и в движении.	Ведение мяча по прямой, змейкой, с изменением направлением в быстром темпе. Удар по воротам правой и левой ногой, с места и в движении. Передачи (пасы) друг другу стоя на месте, и в движении. Умение действовать в команде, соблюдать правила игры. Владение способами отбора мяча, и владение обманными движениями при ведении мяча. Игра в футбол.

1.3. Содержание общеобразовательной общеразвивающей программы

Учебный план для детей 5-6 лет.

№ п/п, время	Тема занятия	Содержание (теория, практика)
1 неделя 2 x 30 мин	Знакомство с игрой футбол	Теория: Беседа на тему «Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире», Практика: ведение мяча по прямой (змейкой), удары по воротам, игра в футбол.

2 неделя 2 x 30 мин	Учимся играть в футбол	Теория: Беседа: учимся играть в футбол (о технике игры в футбол) Знакомство с техникой владения мяча (перемещение, ведение, удар, остановка, отбор). Практика: Пробная игра в футбол.
3-4 неделя 40 мин	Диагностика	
5 неделя 2 x 30 мин	Ведение мяча	Теория: Основные термины футбола. Практика: Ведение мяча по прямой и с изменением направления движения.
6 неделя 2 x 30 мин	Ведение мяча Передача мяча, Остановка мяча.	Практика: Ведение мяча по прямой, змейкой, и с изменением направления движения (шагом и с ускорением). Передача мяча парами внутренней стороной стопы друг другу. Остановка мяча подошвой после передачи партнёра.
7 неделя 2 x 30 мин	Удар по мячу	Теория: Беседа о правилах игры в футбол Практика: Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу. Передача мяча друг другу.
8 неделя 2 x 30 мин	Удар по мячу, передача мяча в движении друг другу.	Практика: Удар по мячу внутренней стороной стопы в движении друг другу.
9 неделя 2 x 30 мин	Ведение мяча.	Практика: Ведение мяча правой и левой ногой в движении, с изменением направления.
10 неделя 2 x 30 мин	Ведение мяча с изменением направления, игра в «стенку»	Практика: Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами на скорость. Игр. упр. «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. Подвижная игра.
11 неделя 2 x 30 мин	Ведение мяча с изменением направления, скоростное ведение	Практика: Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. «Вокруг Света» - удар мяча о стену и обратно. Ведение мяча в прямом направлении на скорость. Игр. упр. «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. Подвижная игра. Игра в футбол.
12 неделя 2 x 30 мин	Ведение с изменением направления, передача мяча	Теория: Повторение основных правил игры в футбол. Практика: Удары по воротам. Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Игр.упр. «Вокруг света» «Не выпускать мяч из круга». Подвижная игра. Игра в футбол.

13 неделя 2 x 30 мин	Передача мяча, ведение	Практика: Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр. «Футбол вдвоем», «Ловкие ребята». Подвижная игра. Игра в футбол.
14 неделя 2 x 30 мин	Техника владения мячом	Практика: Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). Метание набивного мяча от груди двумя руками. Игр.упр. «Серпантин», «Передал - садись» - броски и ловля мяча. Подвижная игра.
15 неделя 2 x 30 мин	Техника владения мячом	Теория: Повторение основных терминов в футболе. Практика: Техника владения мячом (перекаты мяча в движении). Передача мяча друг другу, стоя на месте. Игр. упр. «Светофор» (во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста), «Три мяча». Подвижная игра. Игра в футбол.
16 неделя 2 x 30 мин	Техника передвижения	Практика: Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад) Игр.упр. «Найди свой цвет», «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч. Подвижная игра. Игра в футбол.
17 неделя 2 x 30 мин	Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча	Практика: Ведение мяча вокруг себя правой, левой ногой. Подъем мяча. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног. «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. Подвижная игра.
18 неделя 2 x 30 мин	Ведение с последующим ударом по воротам	Практика: Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Ведение мяча правой, левой ногой и вокруг себя. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча. Подвижная игра. Игра в футбол.
неделя 2 x 30 мин	Ведение с последующим ударом по воротам	Практика: Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Удар мяча в цель. Игр. упр. «Найди свой цвет», «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка), «Попади в ворота» - удар мяча в ворота разными способами, с разных точек. Подвижная игра. Игра в футбол

20 неделя 2 x 30 мин	Челночный бег	Практика: Челночный бег. Ведение мяча - челнок. Игр. упр. «Вышло солнце из-за речки», «По кочкам» (прыжки), «Дойди – не урони» - ведение мяча в средней и высокой стойке до черты. Подвижная игра.
21 неделя 2 x 30 мин	Развитие равновесия	Теория: Беседа о способах отбора мяча и обманных движениях. Практика: Передача мяча двумя руками от груди в парах. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр.упр. «Горячая картошка».
22 неделя 2 x 30 мин	Передача, развитие равновесия	Практика: Передача мяча. Подскоки с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр. упр. «Колобок». Подвижная игра. Игра в футбол.
23 неделя 2 x 30 мин	Прыжки из стороны в сторону, подъем мяча	Практика: Прыжки на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева. Перебрасывание мяча друг другу через шнур. Игр.упр. «Головой удерживая мяч». Подвижная игра.
24 неделя 2 x 30 мин	Передача мяча в тройках, прыжки	Практика: Передача мяча в тройках. Закреплять умение прыгать на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева. Игр.упр. «Головой удерживая мяч». Подвижная игра. Игра в футбол.
25 неделя 2 x 30 мин	Умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра	Теория: Беседа: умей нападать, умей защищаться. Практика: Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3 на 3
26 неделя 2 x 30 мин	Ознакомление с обманными движениями	Практика: Ознакомление с обманными движениями. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. Подвижная игра. Игра в футбол
27 неделя 2 x 30 мин	Ведение с обманными движениями	Практика: Ведение мяча с обманными движениями. Передача мяча в парах. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. Подвижная игра.

28 неделя 2 x 30 мин	Ведение с ударом	Практика: Ведение с ударом по воротам. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. Подвижная игра. Игра в футбол.
29 неделя 2 x 30 мин	Ведение с дальнейшей передачей мяча партнеру	Практика: Ведение и передача. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. Подвижная игра. Игра в футбол.
30 неделя 2 x 30 мин	Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу	Практика: Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Удары по воротам. Игр.упр. «Вокруг света» -ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях, «Не выпускать мяч из круга», «Забей в ворота». Подвижная игра. Игра в футбол
31 неделя 2 x 30 мин	Техника передвижения, передача мяча	Практика: Бег по прямой и спиной вперед. Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр. «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед, «Футбол вдвоем» - игра в парах: приемы мяча – игровая задача – не потерять мяч, ведение мяча с передачи. Подвижная игра.
32 неделя 2 x 30 мин	Скоростное ведение по прямой	Практика: Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Бросок мяча двумя руками от груди в стену и ловля его партнером, стоящим сзади. Ведение мяча по прямой. Игр. упр.: «Не задень предмет», «Быстро за мячом». Подвижная игра. Игра в футбол.
33 неделя 2 x 30 мин	Игра	Теория: Правила игры в футбол Практика: Игра по упрощенным правилам 3х3.
34 неделя 2 x 30 мин	Игра	Теория: Футбольные термины. Практика: Игра по упрощенным правилам 3х3.
35 неделя 2 x 30 мин	Диагностика	Практика: Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча(Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 x 2 м). Скоростные и силовые упражнения
Всего: 70 занятий		

Учебный план для детей 6-7 лет.

№ п/п, время	Тема занятия	Содержание
1 неделя 2 х 40 мин	Простейшие правила игры	Теория: Беседа: правила игры. Вспомнить основные элементы техники игры. Практика: Игра в футбол.
2 неделя 2 х 40 мин	Как избежать травматизма?	Теория: Беседа: как избежать травматизма. Ведение мяча по прямой, змейкой. Удары в цель. Практика: Игра в футбол.
3-4 неделя 2 х 40 мин	Диагностика	
5 неделя 2 х 40 мин	Ведение мяча	Теория: Футбольные термины. Практика: Игр. упр.: «Подскок», «Толкни – поймай». Подвижная игра. Игра в футбол. Ведение мяча по прямой, змейкой в быстром темпе.
6 неделя 2 х 40 мин	Школа мяча	Практика: Перебрасывание мяча друг другу стоя способ из-за головы. Метание малого мяча в вертикальную цель, в броске мяча вверх и ловле его двумя руками. Игр. упр. «Головой удерживая мяч», «Подскок», «Мяч в обруч». Подвижная игра. Игра в футбол.
7 неделя 2 х 40 мин	Школа мяча	Практика: Бросание мяча друг другу вперед-вверх от головы двумя руками в приседе. Отбивание мяча об стенку с хлопком. Игр. упр.: «Отбивалки». Подвижная игра. Игра в футбол.
8 неделя 2 х 40 мин	Школа мяча, скоростное ведение по прямой	Практика: Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Бросок мяча двумя руками от груди в стену и ловля его партнером, стоящим сзади. Ведение мяча по прямой. Игр. упр.: «Не задень предмет», «Быстро за мячом». Подвижная игра. Игра в футбол.
9 неделя 2 х 40 мин	Школа мяча. Ведение с остановкой и изменением скорости	Практика: Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях, спиной друг к другу. Ведение мяча с остановкой и изменением скорости. Игр. упр.: «Переноска мячей». Подвижная игра.

10 неделя 2 x 40 мин	Школа мяча, скоростное ведение с изменением направления	Практика: Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом. Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Введение с изменением направления Игр. упр.: «Передал-садись». Подвижная игра. Игра в футбол.
11 неделя 2 x 40 мин	Техника передвижения, скоростное ведение	Теория: Футбол, как один из популярных видов спорта. Бег через набивные мячи. Практика: Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Введение мяча с изменением направления. Игр. упр. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой, «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. Подвижная игра. Игра в футбол.
12 неделя 2 x 40 мин	Ведение мяча, удары по неподвижному мячу	Практика: Ведение мяча между ориентирами. Удары по неподвижному мячу. Игр. упр. «Подвижная цель» - дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в водящего, «Чей мяч дальше?». Подвижная игра.
13 неделя 2 x 40 мин	Техника передвижения, передача мяча	Практика: Бег по прямой и спиной вперед. Передача мяча партнеру. Введение мяча между ориентирами. Игр. упр. «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед, «Футбол вдвоем» - игра в парах: приемы мяча – игровая задача – не потерять мяч, ведение мяча с передачи. Подвижная игра.
14 неделя 2 x 40 мин	Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу	Практика: Передача мяча друг другу в движении. Удары по воротам; удар мяча о стену и обратно. Игр. упр. «Точный удар», «Кто больше отобьет». Подвижная игра. Игра в футбол
15 неделя 2 x 40 мин	Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу	Практика: Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Удары по воротам. Игр. упр. «Вокруг света» - ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях,

		«Не выпускать мяч из круга», «Забей в ворота». Подвижная игра. Игра в футбол
16 неделя 2 x 40 мин	Ведение мяча восьмеркой, передачи мяча	Практика: Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Ведение мяча парами. Передача мяча ногой по кругу. Игр. упр. «Ведение мяча парами», «Забей в ворота». Подвижная игра. Игра в футбол.
17 неделя 2 x 40 мин	Игра в футбол по заданию	Практика: Игр. упр. «С двумя мячами», «Борьба за мяч». Игра в футбол.
18 неделя 2 x 40 мин	Школа мяча	Практика: Перебрасывание мяча из одной руки в другую. Отбивание мяча на месте. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками. Прокатывание мяча вперед головой. Игр. упр. «Передал - садись» - броски и ловля мяча, «Светофор» - во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста. Подвижная игра.
19 неделя 2 x 40 мин	Школа мяча, ведение с обманными движениями	Практика: Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. Ведение мяча с обманными движениями. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. Подвижная игра.
20 неделя 2 x 40 мин	Школа мяча	Практика: Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча обеими руками. Бросание мяча и ловля его двумя руками. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч. Подвижная игра. Игра в футбол.
21 неделя 2 x 40 мин	Передача мяча в парах, открывание	Теория: Повтор футбольных терминов. Практика: Передача мяча друг другу в быстром темпе. Открывание. Игр. упр. «Лови, бросай – падать не давай», «Туннель» -прокатывание мяча между ног, «Меткий стрелок». Подвижная игра. Игра в футбол.

22 неделя 2 х 40 мин	Передача мяча в движении, открывание.	Практика: Передача мяча в движении. Ведение мяча. Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами (открывание). Подвижная игра. Игра в футбол.
23 неделя 2 х 40 мин	Ведение с последующим ударом в цель	Практика: Ведение с последующим ударом в цель, с разных участков поля. Игра в футбол.
24 неделя 2 х 40 мин	Ведение мяча с препятствиями	Практика: Игр. упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол.
25 неделя 2 х 40 мин	Передача мяча в тройках, развитие равновесия	Практика: Передача мяча в тройках. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр. упр. «Кто быстрее?». Подвижная игра.
26 неделя 2 х 40 мин	Школа мяча, передача мяча в тройках в движении	Практика: Передача мяча через сетку в парах способом из-за головы. Ползание под дугами, головой прокатывая набивной мяч. Передача мяча в тройках, в движении. Подвижная игра. Игра в футбол.
27 неделя 2 х 40 мин	Развитие силы и координации	Практика: Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. Подвижная игра. Игра в футбол.
28 неделя 2 х 40 мин	Элементы игры в футбол	Практика: Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от. Игра в зайчика 3х1. Подвижная игра. Игра в футбол
неделя 2 х 40 мин	Как достичь положительного результата?	Теория: Беседа: как достичь положительного результата? Практика: Игра по упрощенным правилам 3 на 3
30-31 неделя 2 х 40 мин	Диагностика	Практика: Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м).
32 неделя 2 х 40 мин	Развитие координации, техника владения мячом	Практика: Бег по координационной лесенке. Футбольное путешествие. Подвижная игра.

33 неделя 2 х 40 мин	Развитие равновесия, техника владения мячом	Практика: Ходьба по гимнастической скамье с перекладыванием малого мяча перед собой из правой руки в левую. Отбивание мяча от стены и ловля его двумя руками. Футбольное путешествие.
34 неделя 2 х 40 мин	Игра	Теория: Спорт-это здоровье Практика: Игра по упрощенным правилам 1 на 1
35 неделя 2 х 40 мин	Итоговое «Волшебные мячи»	Теория: Закрепление правил игры в футбол Практика: Игр. упр.: «Вышло солнце из-за речки» - бег врассыпную, быстро построиться возле своего обруча. «Попади в корзину» - бросок мяча в корзину разными способами, с разных точек. Подвижная игра.
Всего: 70 занятия		

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	35
2	Количество часов в неделю	2
3	Общее количество часов	70
4	Начало занятий	01.09.2026г.
5	Окончание учебного года	30.05.2027г.

2.2. Условия реализации программы

Материально-технические условия

Наименование кабинета. Площадь	Средства обучения	Количество
1) Спортивный зал	1. футбольные мячи	12
	2. фишки разметочные	20
2) Футбольное поле с воротами.	3. конусы	10
	4. скамейка гимнастическая	2
	5. обручи гимнастические	6
	6. гимнастические палки	10
	7. лестница координационная	1

Методические материалы

Наличие печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов.

Печатные	Электронные
Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»	Джон Джармен «Футбол для юных»
Д.С. Николаев, В.А. Шальнов «Начальное обучение футболу»	М. Кук «101 упражнение для юных футболистов»
Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова, Ю.М. Исаенко «Игровые физкультурные занятия разновозрастной группе ДОУ»	Методическое пособие «Программа интегративного курса физического воспитания для дошкольников на основе футбола».
Н.И. Николаева «Школа мяча»	
Е.Р. Железнова «Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников»	
Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников»	
Е.Н. Вавилова «Укрепляйте здоровье детей»	
Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет».	
С.Я. Лайзане «Физическая культура для малышей».	

2.3. Формы контроля и оценочные материалы

Оценка индивидуального развития детей производится посредством системы тестов - мероприятия по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния здоровья и физического развития детей на достаточно продолжительном отрезке времени. Как непрерывный процесс наблюдения за детьми, мониторинг позволяет фиксировать различные показатели физической подготовленности в определённые моменты, своевременно оценивать характер их изменений, осуществлять прогнозы предупреждать нежелательные тенденции в физическом развитии.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- соревнования;
- открытые просмотры занятий.

3. Список литературы

- 1) Л.Н Пензулаева «Физическая культура в детском саду»
- 2) Джон Джармен «Футбол для юных»
- 3) Д.С. Николаев, В.А. Шальнов «Начальное обучение футболу»
- 4) Веревкин М.П. «Мини футбол на уроке физической культуры» -М.: ТВТ Дивизион, 2006 г
- 5) Голомазов С.В «Футбол: теоретические основы тренировки ловли и отражения мяча вратарями» -М.: ТВТ Дивизион, 2006г.
- 6) Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»
- 7) Крисфилд Д. В. Футбол / Д. В. Крисфилд. - М.: АСТ; Астрель, 2006. –296 с
- 8) Мини-футбол (футзал): Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. Еременко. - М.: Советский спорт, 2010. - 96 9) Андреев СЛ. Футбол. - М.: ФиС, 2008. - 111 с.
- 10) Андреев СЛ. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2009. - 144 с.
- 11) Максимейко И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. - Луганск: Знание, 2000. - 276 с.
- 12) Филин В.П., Фомин И.А. Основы юношеского спорта. - М.: ФиС, 2007. -255 с.
- 13) Юный футболист: Учеб, пособие для тренеров / Под общей ред. А.П. Лаптева и А.А. Сучилина. - М.: ФиС, 1983. - 254 с.
- 14) Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Футбол–игра для всех – М. Советский спорт, 2008. - 264 стр.
- 15) Тюленьков С.Ю., Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки. - М.: Терра- Спорт, 2000. - 86 стр. (Библиотечка тренера)
- 16) Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: книга Для воспитателя дет, сада-М.: Просвещение, 2002г.
- 17) Николаева Н.И. «Школа мяча» -издательство «Детство-пресс», 2012г