

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №3»

Принята
педагогическим советом
протокол №1
от 20 августа 2024 г.

Утверждена
приказом заведующего
Детским садом №3
от 21 августа 2024г. №2

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

Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации: 9 месяцев
Руководитель: Еркимбаев А.Р.

г.Каменск-Уральский

Содержание

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи.....	6
1.3. Содержание общеобразовательной программы.....	7
1.4. Планируемые результаты.....	16
2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ	17
2.1. Календарный учебный график.....	17
2.2. Условия реализации программы	17
2.3. Формы контроля и оценочные материалы	18
3. Список литературы	21

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

1.1. Пояснительная записка

Направленность

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

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 ДОО 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.

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, те развивает качества, так необходимые ребёнку во взрослой жизни.

Новизна

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.

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 г. 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 продельвает 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.

Режим занятий

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.

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
Время	-	-	16.30-16.50 17.00-17.30	-	16.30-16.50 17.00-17.30

Объем программы

Общее количество учебных часов – 72 часа.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

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 освоение 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. Содержание общеобразовательной 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 реки», «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 3x3.
34 неделя 2 x 30 мин	Игра	Теория: Футбольные термины. Практика: Игра по упрощенным правилам 3x3.
35 неделя 2 x 30 мин	Итоговое «Волшебные мячи»	Практика: Игр. упр.: «Вышло солнце из-за речки» - бег в рассыпную, быстро построиться возле своего обруча. «Попади в корзину» - бросок мяча в корзину разными способами, с разных точек. Подвижная игра.
36 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: 72 занятия		

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. Ведение 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. Ведение 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. 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.
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 – падачь 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 – падачь 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 – падачь не давай», «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Меткий стрелок». Подвижная игра. Игра в футбол.

22 неделя 2 x 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 x 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 x 40 мин	Ведение мяча с препятствиями	Практика: Игр. упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол.
25 неделя 2 x 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 x 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 x 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 x 40 мин	Элементы игры в футбол	Практика: Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от. Игра в зайчика 3x1. Подвижная игра. Игра в футбол
неделя 2 x 40 мин	Как достичь положительного результата?	Теория: Беседа: как достичь положительного результата? Практика: Игра по упрощенным правилам 3 на 3
30-31 неделя 2 x 40 мин	Диагностика	Практика: Ведение мяча змекой – 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).
32 неделя 2 x 40 мин	Развитие координации, техника владения мячом	Практика: Бег по координационной лесенке. Футбольное путешествие. Подвижная игра.

33 неделя 2 x 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 x 40 мин	Игра	Теория: Спорт-это здоровье Практика: Игра по упрощенным правилам 1 на 1
35 неделя 2 x 40 мин	Игра	Теория: Футбольные термины. Практика: Игра по упрощенным правилам 4 на 4
36 неделя 2 x 40 мин	Итоговое «Волшебные мячи»	Теория: Закрепление правил игры в футбол Практика: Игр. упр.: «Вышло солнце из-за речки» - бег враспынную, быстро построиться возле своего обруча. «Попади в корзину» - бросок мяча в корзину разными способами, с разных точек. Подвижная игра.
Всего: 72 занятия		

1.4. 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.

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	36
2	Количество часов в неделю	2
3	Общее количество часов	72
4	Начало занятий	04.09.2024г.
5	Окончание учебного года	30.05.2024г.

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

Кадровое обеспечение

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 в 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 в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Данное мероприятие даёт возможность объективной оценки развития двигательных качеств. Система тестов представляет собой 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 прогноз и предупреждать нежелательные тенденции в физическом развитии.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- соревнования;
- открытые просмотры занятий.

Мониторинг физического развития детей

Ф.И.О ребёнка										
№	Физические качества,	Возраст ребёнка.								
Скоростные										
1.	Бег на 10 м.									
2.	Бег на 30 м.									

Координационные										
4.	Челночный бег 3x10м.									
Скоростно-силовые способности										
5.	Прыжок в длину с места									
Сила										
6.	Бросок набивного мяча из-за головы стоя									
Умение владеть мячом.										
1.	Удар по неподвижному мячу правой и левой ногой.									
2.	Ведение мяча по прямой									
3.	Ведение мяча змейкой и с изменением направлением.									
4.	Удар по воротам.									
5.	Передача мяча ногой друг- другу.									
6.	Участие в игре футбол с соблюдением правил игры.									
	Уровень:									

Бег 10 метров (сек):

Высокий - 2,1 сек. Средний - 2,3 сек. Низкий - 2,5 более сек.

Бег 30 метров (сек): Высокий - 6,3 сек Средний - 6,5

Низкий - 7,0 и более сек. **Челночный бег 3x10м** Высокий - 7,4 сек Средний - 7,6 сек

Высокий - 8,0 и более сек

Прыжок в длину с места:

Высокий - 140 см Средний - 120 см Низкий - 100 и ниже.

Бросок набивного мяча из-за головы стоя:

Высокий - 300 см Средний - 260 см

Низкий - 175 и меньше см

Удар по неподвижному мячу:

Высокий - из 5 ударов 5 попаданий Средний - из 5 ударов 3 попадания Низкий - из 5 ударов 2 и менее попаданий

Ведение мяча по прямой, змейкой, и с изменением направления:

Высокий - ведёт мяч не теряя его.

Средний – ведёт мяч с минимальными потерями мяча. Низкий - ведёт мяч с частыми потерями.

Удар по воротам:

Высокий - из 5 ударов 5 попаданий. Средний - из 5 ударов 3 попадания. Низкий - из 5 попаданий 2 и менее попаданий.

Передача мяча друг-другу:

Высокий - из 5 передач 5 правильных по направлению партнёра. Средний – из 5 передач 3 правильных.

Низкий - из 5 передач 2 и менее правильных.

Результатом реализации программы должна стать сформированная готовность ребёнка овладением навыками игры в футбол, двигательными умениями и навыками, развитием двигательных и психических способностей.

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: теоритические 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-фубол (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 упражнение в детском саду: книга Для воспитателя дет, сада-М.: Просвещение,2002г.
- 17) Николаева Н.И. «Школа мяча» -издательство «Детство-пресс»,2012г