

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №118»

Принято
Педагогическим советом
Протокол № 1
от 30.08.2024г.

Утверждаю
Заведующий МДОУ «Детский сад №118»
Хорошулина Н.В.
Приказ № 02.10.45/9
от 02.09.2024г.

Программа физкультурно-спортивной подготовки

«Футбол»

Для детей 6-7 лет

Срок реализации 1 год.

Автор составитель: Гусев С.М.

Педагог дополнительного образования

Оглавление

1.Пояснительная записка.....	3
2.Учебный план.....	6
3.Содержание образовательной программы.....	7
4.Ожидаемые результаты освоения программы.....	11
5.Контрольно-измерительные материалы.....	11
6.Список литературы.....	13

1. Пояснительная записка

Уровень программы: базовый, общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Футбол» для детей 6-7 лет.

Срок реализации программы: 1 год.

Целевые группы, на которые рассчитана программа: дети подготовительного дошкольного возраста (6-7 лет) дошкольных образовательных учреждений.

Количество участников: 30 человек.

К обучению, по программе, допускаются дети, не имеющие медицинских показаний и при наличии медицинской справки.

Направленность программы: программа спортивной подготовки.

Цель программы- приобщение детей к систематическим занятиям спортом посредством овладения технических, тактических и практических навыков игры в футбол. Формирование здорового образа жизни посредством футбола.

Обучающие задачи:

1. Знакомство с правилами игры в футбол.
2. Формирование навыков владения мячом.
3. Овладение технико-тактическими навыками игры в футбол.
4. 4.Знакомство с историей и достижениями российского и мирового футбола.

Развивающие:

1. Развитие координации движений.
2. Создание условий для самовыражения, самореализации.
3. Развитие волевых качеств.

Воспитательные:

1. Формирование умения работать в команде.
2. Формирование навыков дисциплины.
3. Формирование здорового образа жизни.
4. Воспитание уважительного отношения к сопернику, толерантности.

Программа разработана на основе нормативных документов: Федеральный закон № 273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;

Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р);

Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (Приказ Министерства Просвещения РФ от 3 сентября 2019 года

№ 467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования»);

Письмо Министерства образования и науки РФ N 09-3242 от 18 ноября 2015г. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Постановление правительства № 527-п 17.07.2018 (в редакции постановления Правительства области от 15.04.2022 г. № 285-п) Концепция персонифицированного дополнительного образования детей в Ярославской области;

Приказ департамента образования ЯО от 27.12.2019 №47-нп Правила персонифицированного финансирования ДОД.

Устав муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №118» от 26.12.2022 г. №01-05/12 47

Положение об оказании платных образовательных услуг МДОУ «Детский сад №118» № 02-03/1-27 от 16.10.2023 г.

Актуальность программы:

В детском организме заложены возможности для тренировок, а это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания ДОУ.

Занятия спортом формируют здоровый образ жизни, воспитывают патриотизм, формируют физически развитую, работоспособную, психически уравновешенную личность.

Значимость:

Значимость программы состоит в том, что приобщение к спорту с раннего возраста дает человеку физическую закалку, воспитывает ловкость,

четкость и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы, т.е развивает качества, так необходимые ребенку во взрослой жизни.

Цель и задачи реализуются посредством следующих методов и приемов:

Методы:

- словесный- объяснение терминов, новых понятий;
- наглядный – показ педагогом правильного выполнения упражнений, демонстрация фото и видео материалов;
- практический – выполнение практических заданий и упражнений;
- игровой.

Приемы:

- объяснение, пояснение, показ, вопросы, индивидуальная помощь, контроль, анализ, оценка.

Этапы реализации программы:

1.Базовый этап – сентябрь учебного года.

Подготовка нормативной организационно-педагогической и научно-педагогической документации для последующей реализации программы.

2.Основной этап –октябрь – май учебного года.

3.Завершающий этап – май учебного года.

4.Аналитическая работа.

В основу создания программы заложены следующие принципы:

- принцип систематичности и последовательности;
- принцип повторения и умений и навыков;
- принцип доступности;
- принцип успешности;
- принцип результативности.

В процессе организации занятий используются индивидуально-фронтальные (чередование индивидуальных и фронтальных), групповые (работа подгруппах, парах) и индивидуальные (индивидуальное выполнение заданий) формы работы.

Условия реализации образовательной программы

Реализация программы осуществляется за рамками основной образовательной программы дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №118», на платной основе, в форме дополнительного образования.

Занятия проводятся:

- 1 раз в неделю. Продолжительность 30 минут, что составляет 1 академический час в неделю;
- в течение 8 месяцев – 32 занятия (32 академических часа)

1). Материально-техническое и методическое обеспечение:

Для занятий по обучению игре в футбол имеется физкультурный зал, необходимое оборудование и материалы.

Технические характеристики физкультурного зала:

- общая площадь зала – 80,46 кв.м.;
- освещение естественное;
- освещение искусственное – лампы дневного света с защитой;
- уровень освещенности - норма;
- наличие системы пожарной безопасности – имеется;
- наличие системы отопления – имеется;
- возможность проветривания помещения – имеется.

Оборудование:

- флажки разметочные – 10 штук;
- мяч футбольный - 15 штук;
- ворота футбольные с сеткой и без нее;
- скакалка гимнастическая – 15 штук;
- конусы для обводки тренировочные – 10 штук;
- скамейка гимнастическая – 2 штуки;
- маты амортизационного покрытия – 4 штуки;
- свисток судейский – 1 штука.
- дуги – 10 штук.

2). Кадровые:

Педагог – Гусев Сергей Михайлович, педагог дополнительного образования, первая квалификационная категория, высшее педагогическое образование.

Форма обучения – очная.

2. Календарный учебный график

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятия 30 минут, что составляет 1 академический час в неделю

Всего занятий/часов в неделю	Дата начала и окончания обучения	Количество учебных недель	Всего занятий/часов в месяц	Всего занятий/часов в год
1/1 акад. Часа в неделю	01.10.- 31.05.	32	4/4 акад. часа	32/32 акад. часа

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество учебных часов	Форма контроля
1.	Знакомство с игрой в футбол(беседа по технике безопасности, история игры в футбол)	1	Выполнение практических упражнений
2.	Учимся играть в футбол (знакомство с техникой владения мяча, ведение, удар, остановка, удар по воротам, перебрасывание мяча, друг другу стоя, способ из- за головы)	5	Выполнение практических упражнений
3.	Упражнения с мячом (ведение змейкой-10м., не теряя мяча осуществляется последовательными толчками, внутренней и внешней стороной стопы; метание мяча вдаль, бросание мяча вверх и ловля его 2 руками.	8	Выполнение практических упражнений
4.	Упражнения с мячом (перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя, перебрасывание мяча друг другу с отскоком мяча от пола, удар по недвижимому	8	Выполнение практических упражнений

	мячу, ведение мяча по прямой).		
5.	Учимся играть в футбол (техника передвижения, ведения мяча, передача мяча партнеру, игра в футбол)	10	Выполнение практических упражнений
6.	Всего	32	

3. Содержание образовательной программы

№	Месяц	Тема	Содержание	
			теория	Практика
1.	октябрь	Как избежать травматизма. Простейшие правила игры в футбол.	Беседа по технике безопасности, история игры в футбол	Игра в футбол
2.	октябрь	Школа мяча	Футбольные термины	Ведение мяча по прямой, змейкой, в быстром темпе. Игровое упражнение: «Подскок», «Толкни-поймай», игра в футбол.
3.	октябрь	Школа мяча	-	Перебрасывание мяча друг другу стоя. Способ из-за головы. Метание малого мяча в вертикальную цель, в броске мяча вверх и ловле его двумя руками. Игра в футбол
4.	ноябрь	Школа мяча	-	Бросание мяча друг другу вперед-вверх от головы двумя руками в приседе. Отбивание мяча об стенку с хлопком. Игра в футбол.
5.	ноябрь	Школа мяча, Ведение мяча по прямой.	-	Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком от пола. Бросок мяча двумя руками от груди в стену и ловля его партнером, стоящим сзади. Ведение мяча по прямой. Игра «Не задень предмет». Игра в футбол

6.	ноябрь	Школа мяча, Ведение мяча с остановкой и изменение скорости.	-	Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях, спиной друг к другу. Ведение мяча с остановкой и изменение скорости. П/И «Защита крепости»
7.	ноябрь	Школа мяча, ведение с изменениями направления.	-	Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом, Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Ведение с изменениями направления. Игра в футбол.
8.	ноябрь	Техника передвижения, скоростное ведение	Футбол, как один из популярных видов спорта	Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Ведение мяча с изменением направления. Игра в футбол.
9.	декабрь	Ведение мяча, удары по неподвижному мячу	-	Ведение мяча между ориентирами. Удары по неподвижному мячу. П/и «Чей мяч дальше», «Разноцветный мячик».
10.	декабрь	Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу	-	Передача мяча друг другу в движении. Удары по воротам. Игровое упражнение «Точный удар», игра в футбол.
11.	декабрь	Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу.	-	Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Удары по воротам. Игровое упражнение «Вокруг света», «Забей в ворота», П/и «Белые медведи»
12.	декабрь	Ведение мяча восьмеркой, передача мяча по кругу.	-	Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Ведение мяча парами. Передача мяча ногой по кругу. П/и «Мяч с топотом» игра в футбол.

13.	январь	Игра в футбол по заданию	-	Игровые упражнения «С двумя мячами», «Борьба за мяч», игра в футбол.
14.	январь	Школа мяча	-	Перебрасывание мяча из одной руки в другую. Отбивание мяча на месте. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками. Прокатывание мяча вперед головой. Игровые упражнения «Передал- садись», «Светофор». П/и «Салки с мячом», «Передай мяч соседу»
15.	январь	Передача мяча в тройках, развитие равновесия	-	Передача мяча в тройках. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке. Игровое упражнение «Кто быстрее». П/и «Пустое место», мяч по кругу».
16.	январь	Передача мяча в движении, открывание	Повтор футбольных терминов	Передача мяча в движении .Ведение мяча. Передача мяча друг другу с продвижением по площадке парам (открывание). Игра в футбол.
17.	февраль	Передача мяча в движении, открывание	-	Повтор футбольных терминов. Передача друг другу в быстром темпе (открывание).Игровые упражнения «лови, бросай – падать не давай». Игра в футбол.
18.	февраль	Ведение мяча с препятствиями	-	Игровое упражнение «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка).Игра в футбол.
19.	февраль	Передача мяча в тройках, в движении.	-	Передача мяча способом из-за головы. Ползание под дугами, головой прокатывая мяч. Передача мяча в тройках, в движении. П/и «Пустое место», «Успей перебежать».
20.	февраль	Развитие силы и координации.	-	Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч,

				другой удерживает его ноги. П/и мячик кверху». Игра в футбол.
21.	март	Развитие равновесия, техника владения мячом	-	Ходьба по гимнастической скамейке. Отбивание мяча и ловля его двумя руками. Футбольное путешествие.
22.	март	Развитие координации и техника владения мячом.	-	Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой ходьба по гимнастической скамейке. Игра в футбол.
23.	март	Элементы игры в футбол.	-	Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока. Игра в зайчика 3х1. П/и «Не урони мяч». Игра в футбол.
24.	март	Как достичь положительного результата?	Беседа «Как достичь положительного результата?»	Игра в футбол по упрощенным правилам.
25.	апрель	Игра	-	Игра по упрощенным правилам 1 на 1. Игра по упрощенным правилам 4 на 4
26.	апрель	Элементы игры в футбол.	-	Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока. Игра в зайчика 3х1. П/и «Не урони мяч». Игра в футбол.
27.	апрель	Ведение с последующим ударом в цель	-	Ведение с последующим ударом в цель,
28.	апрель	Игра	-	Игра по упрощенным правилам 1 на 1. Игра по упрощенным правилам 4 на 4.
29.	май	Игра	-	Игра по упрощенным правилам 1 на 1. Игра по упрощенным правилам 4 на 4.
30.	май	Игра	-	Игра по упрощенным правилам 1 на 1. Игра по упрощенным правилам 4 на 4.

31.	май	Футбол	Диагностика	Ведение мяча змейкой-10м, не теряя мяча. (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой). Удар по воротам- (расстояние 4м)
32.	май	Волшебные мячи	Итоговое занятие	Игровые упражнения: «Вышло солнце из-за речки» - бег в рассыпную, быстро построится возле своего обруча. «Попади в корзину». Игра в футбол.

4. Ожидаемые результаты освоения программы

К концу года дети должны знать:

- Правила игры в футбол.
- Футбольные термины.
- Простейшие схемы движения на поле с мячом.
- Способы отбирания мяча и обманных движений.

К концу года дети должны знать:

- Ведение мяча по прямой, змейкой, с изменением направления в быстром темпе.
- Удар по воротам правой и левой ногой, с места и в движении.
- Передачи мяча друг другу стоя на месте, и в движении.
- Владение способами отбора мяча и владение обманными движениями при ведении мяча.
- Игра в футбол.

5. Контрольно-измерительные материалы.

Бег 10метров (сек):

Высокий-2,1 сек.

Средний - 2,3 сек.

Низкий – 2,5 сек.

Бег 30 метров (сек):

Высокий- 6,3 сек.

Средний – 6,5 сек.

Низкий – 7,0 и более сек.

Челночный бег 3x10 м:

Высокий- 7,4 сек.

Средний – 7,6 сек.

Низкий – 8,0 и более сек.

Прыжок в длину с места:

Высокий- 140м.

Средний – 120 м.

Низкий – 100 и ниже.

Бросок набивного мяча из-за головы стоя:

Высокий- 300см.

Средний – 260 см.

Низкий – 175 и меньше.

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 – ведет мяч, не теряя его.

Средний – ведет мяч с минимальными потерями мяча.

Низкий – ведет мяч с частыми потерями.

Удар по воротам:

Высокий- из 5 ударов 5 попаданий.

Средний – из 5 ударов 3 попадания.

Низкий – из 5 ударов 2 и менее попаданий.

Передача мяча друг другу:

Высокий- из 5 передач 5 правильных по направлению партнера.

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.

6.Список информационных источников

1. Андреев СИ. Мини-футбол. - М.: Физкультура и спорт, 1978.
2. Андреев СИ. Играйте в мини-футбол. - М.: Советский спорт, 1989. Громова О.Е. «Спортивные игры для детей». Москва. Творческий центр «Сфера» 2008г.10. Власенко Н.Э. «300 подвижных игр для дошкольников». Москва. Айрис Пресс 2011г.
3. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.
4. Пензулаева Л.И. «Физкультурное занятие с детьми 5-6 лет». Москва. Издательство «Мозаика-Синтез» 2009г.
5. Пензулаева Л.И. «Физкультурное занятие с детьми 6-7 лет». Москва. Издательство «Мозаика-Синтез» 2009г.
6. Тимофеева Е.А. «Подвижные игры». Москва «Просвещение» 1986г.
7. Харченко Т.Е. «Организация двигательной деятельности детей в детском саду». Санкт – Петербург. Детство – Пресс 2010г.
8. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под ред. А.П. Лаптева и А.А. Сучилина. - М.: Физкультура и спорт, 1983.