Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №16.

Утверждена:

приказом

МБДОУ «Детский сад № 16

от 22.05.2023г. № 142-п

Рабочая программа

Дополнительная общеобразовательная программа -

дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности

**«Футбол»**

Для средней группы, 4 - 5 лет.

Срок реализации 10 месяцев

Автор программы:

Козабаранов Никита Сергеевич

г. Саров, 2023г.

**Пояснительная записка**

Данная дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа направлена на физическое развитие ребенка – дошкольника, сохранение и укрепление его здоровья, формирование двигательных навыков.

Спортивные игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма, улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств.

Занятия футболом способствуют развитию быстроты, ловкости, координации движений, двигательной реакции, ориентировке в пространстве. Игры с мячом развивают навыки поведения в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, смелости, решительности. Дети учатся управлять своим поведением в различных игровых ситуациях.

Социальное развитие ребенка в игре предполагает ориентирование детей на сферу общения и сотрудничества, умение принимать чужие ситуации, как свои. Именно эта способность понимать и чувствовать позицию другого человека составляет фундамент общения друг с другом и со взрослыми. Во время игры дети испытывают самый широкий диапазон переживаний, так же учатся взаимодействовать, сотрудничать, командовать, уступать и т.д.

Очень ценно, что занятия спортивными играми и упражнениями способствуют воспитанию у дошкольников положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи.

Достаточная физическая активность детей во время спортивных игр и тренировок, подкрепляющаяся соответствующей тренировкой основных физиологических систем организма (нервной, сердечно – сосудистой и дыхательной) является одним из факторов сохранения и улучшения здоровья, повышения жизненного тонуса.

**Актуальность программы** состоит в том, что в процессе занятий-тренировок дети получают элементарные сведения о методах освоения двигательных действий, у них формируются такие качества личности, как компетентность (владение своим телом, различными видами движений на уровне, соответствующем его возрасту), умение адекватно реагировать на изменение окружающей обстановки. Ребенок подводится к самостоятельному и творческому использованию результатов двигательной деятельности в разных пространственных средах

**Цель образовательной программы:** познакомить детей с правилами игры, учить техническим приемам игры в футбол.

**Задачи:**

1. Формировать элементарные представление о правилах игры в футбол.

2. Развивать простейшие тактико – технические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка. Учить выполнять их во взаимодействии с другими игроками.

3. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, координационные способности, точность движений, глазомер, выносливость.

4. Развивать морально-нравственные качества: смелость, решительность, справедливость, уверенность в своих силах, самостоятельность, активность, целеустремленность.

5. Воспитывать чувство товарищества, дружеские взаимоотношения, чувство команды.

**Отличительные особенности данной программы:** начало занятий с детьми дошкольного возраста, постепенное усвоение технических приемов игры в футбол путем усложнения условий их выполнения, наличие игровых методов и приемов обучения, использование метода круговой тренировки.

**Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы:** 4 - 5 лет.

**Сроки реализации дополнительной образовательной программы:** 10 месяцев. Программа предусматривает включение ребенка в освоение программы на любом этапе ее реализации

**Формы занятий:** занятие – тренировка, игровое занятие, занятие – соревнование.

**Методы и приемы, помогающие осуществлять индивидуальный подход**: дифференциация заданий, дозировка заданий, ограничение зоны действия, мобильные объединения детей при выполнении заданий.

**Ожидаемые результаты и способы их проверки.**

**Способом проверки** усвоенных технических приемов владения мячом является выполнение тестовых заданий (автор – В.В.Кантан):

- овладение ударами по мячу ногами

- остановка мяча

- ведение мяча

- техника игры вратаря.

**Ожидаемые результаты работы:**

- освоение детьми техники игры в футбол; результативность, уверенность и точность выполнения движений с мячом;

- развитие физических качеств детей;

- развитие «чувства команды», умения согласовывать свои действия с действиями партнеров в игре, подчинять свое поведение единым игровым правилам;

- повышение интереса детей к спортивным играм;

- участие в районных и городских соревнованиях по мини – футболу среди дошкольных команд;

- интерес родителей к успехам детей.

**Годовой календарный учебный график**

**Услуги «Футбол»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Средняя группа |
| Режим работы | С 16.00-17.45 ч. |
| Начало оказания услуги | С 04.09.2023 г. |
| Окончание оказания услуги | 31.08.2024 г. |
| Продолжительность учебной недели | 1 день |
| Продолжительность реализации услуги | 40 недель |
| Объем учебной нагрузки | 1занятие |
| Продолжительность организованной | 30 мин. |
| образовательной деятельности |  |
| Педагогическая диагностика по | 1ч. |
| индивидуальному учёту освоения |  |
| воспитанниками дополнительной программы |  |
|  |  |

**Средства обучения и воспитания для реализации дополнительной общеразвивающей программы «Футбол»**

- Шведская стенка

- гимнастические скамейки

- игровое поле с разметкой

- мячи футбольные (на подгруппу детей, 10 шт.)

- скакалки (на подгруппу детей, 10 шт.)

- конусы-ориентиры (10 шт.)

- кегли (10 шт.)

- схемы технических приемов игры в футбол

**Учебные предметы, курсы, дисциплины (модули), практики, предусмотренные дополнительной общеразвивающей программой «Футбол»**

1. Овладение ударами по мячу ногами

2. Остановка мяча

3. Ведение мяча

4. Техника игры вратаря.

Учебный план дополнительной общеразвивающей программы «Футбол»

|  |  |
| --- | --- |
| Месяц | Количество занятий. |
| Средняя группа 4-5 лет |
| Сентябрь | 4 |
| Октябрь | 4 |
| Ноябрь | 5 |
| Декабрь | 4 |
| Январь | 4 |
| Февраль | 4 |
| Март | 4 |
| Апрель | 4 |
| Май | 3 |
| 1 занятие – промежуточная аттестация (30 минут) |
| Июнь | 1 |
| Август | 2 |
| Итого | 40 |

(педагог Козабаранов Н.С.)

**Учебный план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц | №  занятия | Цель, содержание | Методическое обеспечение |
| Сентябрь | 1  Знакомство  2  Играем в парах  3  Учим технику  4  Прокатываем мяч | |  | | --- | | 1. Познакомить с правилами игры в футбол. Упражнять в ходьбе и беге змейкой, ведении мяча ногой.  2. Развивать ловкость, быстроту, внимание.  3. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре. | | 1. Упражнять в игре с мячом в парах. Упражнять в беге и прыжках, умение действовать по сигналу.  2. Развивать внимание, глазомер.  3. Воспитывать уверенность в своих силах. | | 1. Познакомить с элементами техники игры в футбол (удары по неподвижному мячу, остановка мяча, удар по воротам).  2. Развивать координацию, точность движений, выносливость.  3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям. | | 1. Упражнять в прокатывании мяча ногой, соизмеряя удары по мячу, ударном движение (без мяча).  2. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве.  3. Воспитывать дружеские взаимоотношения. | | Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие. |
| Октябрь | 1  Перекатываем мяч  2  Смотрим за мячом  3  Ведем мяч  4  Развиваем технику | |  | | --- | | 1. Упражнять в перекатывании мяча друг другу, отбивая его поочередно правой и левой ногой, ударять по неподвижному мячу, упражнять в беге за мячом.  2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.  3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям. | | 1. Упражнять в ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, ударе ногой по неподвижному мячу  2. Развивать координацию движений, глазомер.  3. Воспитывать интерес к играм с мячом. | | 1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой до противоположной линии, беге за мячом.  2. Развивать ловкость, быстроту, внимание.  3. Воспитывать дружеские взаимоотношения. | | 1. Отрабатывать действия с мячом на месте и в движении, упражнять в остановке мяча ногой, ударе мяча по воротам.  2. Развивать технику ходьбы, бега.  3. Воспитывать желание играть вдвоем. | | Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |
| Ноябрь | 1  Знакомимся с площадкой  2  Развиваем координацию  3  Ведем мяч и бьем  4  Мы уверены в своих силах! | |  | | --- | | 1. Познакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, вокруг обруча, остановке мяча ногой.  2. Развивать ловкость.  3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям. | | 1. Формировать представления об элементах техники игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, между конусами, вокруг обруча, остановке мяча ногой.  2. Развивать координацию движений, выносливость.  3. Воспитывать желание играть вдвоем, втроем. | | 1. Упражнять в ведении мяча по прямой, остановке ногой, попадании в ворота.  2. Развивать глазомер, точность.  3. Воспитывать интерес к спортивным играм. | | 1. Упражнять в ведении мяча вокруг ног, ведении и остановке мяча в разных направлениях по сигналу.  2. Развивать внимание, глазомер.  3. Воспитывать уверенность в своих силах. | | Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |
| Декабрь | 1  Прокатываем мяч разными ногами  2  Закрепляем  3  Направляем удар  4  Закрепляем умения  5.  Играем вместе | |  | | --- | | 1. Упражнять в прокатывании мяча правой и левой ногой, попадании им в кеглю.  2. Развивать ловкость, быстроту.  3. Воспитывать уважение друг к другу. | | 1. Упражнять в прокатывании мяча друг другу по прямой между флажками, соизмерении силы удара, передаче мяча.  2. Развивать быстроту, глазомер.  3. Воспитывать чувство товарищества. | | 1. Упражнять детей в направлении удара по мячу внутренней стороной стопы.  2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.  3. Воспитывать уверенность в своих силах. | | 1.Закреплять умение прокатывать мяч, играя в парах, со стенкой.  2. Развивать ловкость, глазомер.  3. Воспитывать интерес к двигательной деятельности.  1. Упражнять в ударах мяча о стенку и обратно, игре парах, тройках, кругу.  2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.  3. Воспитывать уважение друг к другу. | | Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие. |
| Январь | 1  Меняем положение ноги  2  3  Сильно бьем | |  | | --- | | 1. Упражнять в ударах по неподвижному мячу ногой (серединой подъема, внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы), продолжать учить играть в парах.  2. Развивать ловкость, быстроту, внимание.  3. Воспитывать интерес к спортивным играм. | | 1. Промежуточная аттестация. | | 1. Упражнять в ведении мяча правой ногой, в силе удара ногой.  2. Развивать ловкость, меткость, ориентировку на поле.  3. Воспитывать чувство товарищества. | |  | | Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |
| Февраль | 1  Мы меняем темп  2  Мы внимательны  3  Мы тактики | |  | | --- | | 1. Упражнять в ведении мяча ногой с изменением темпа и направления, ударе по воротам.  2. Развивать ориентировку на поле, глазомер.  3. Воспитывать смелость, решительность. | | 1. Упражнять в умении догонять и останавливать мяч ногой, игре с мячами.  2. Развивать внимание, быстроту, ловкость.  3. Воспитывать интерес к спортивным играм. | | 1. Упражнять в тактико – технических действиях с мячом, точности удара по неподвижному мячу, ведении мяча в прямом направлении, остановке по сигналу.  2. Развивать внимание, быстроту реакции.  3. Воспитывать интерес к совместным играм. | |  | | Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |
| Март | 1  Закрепляем знания  2  Развиваем координацию  3  Обводим конусы  4  Слушаем сигнал  5.  Мы ловкие и быстрые | 1. Закреплять технику игры в футбол, ведение мяча, удары по воротам.  2. Развивать ловкость, глазомер.  3. Воспитывать интерес к спортивным играм.  1. Упражнять в ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, игре в парах.  2. Развивать координацию движений.  3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.   |  | | --- | | 1. Упражнять в ведении мяча вокруг конуса, по прямой.  2. Развивать быстроту, ориентировку на поле.  3. Воспитывать уверенность в своих силах. | | 1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой мяча ногой по сигналу.  2. Развивать координацию движений.  3. Воспитывать чувство партнерства.  1. Упражнять в ведении и остановке мяча ногой, ударах по неподвижному мячу, игре со стенкой.  2. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на поле.  3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества. | | Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |
| Апрель | 1  Бежим за мячом  2  Мы внимательны  3  Мы активные в игре  4  Ведем мяч разными ногами | |  | | --- | | 1. Упражнять в беге за катящимся мячом, ведении и остановке мяча ногой.  2. Развивать быстроту, ловкость.  3. Воспитывать дружеские взаимоотношения. | | 1. Упражнять в ходьбе и беге с мячом с остановкой и поворотом по сигналу.  2. Развивать внимание, равновесие.  3. Воспитывать интерес к спортивным играм. | | 1. Упражнять в действиях с мячом, отрабатывать удары по мячу разными способами.  2. Развивать ловкость, координацию движений.  3. Воспитывать уверенность в своих силах. | | 1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой, забивании мяча в ворота.  2. Развивать ориентировку на поле, глазомер.  3. Воспитывать активность в игре. | | Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |
| Май | 1  Бьем по мячу  2  Играем в командах  3  Ведем мяч  4  5 | |  | | --- | | 1. Упражнять в ударах по неподвижному мячу по воротам, игре в парах, тройках.  2. Развивать быстроту, ловкость.  3. Воспитывать волевые качества. | | 1. Упражнять в ударах по движущемуся мячу на сторону противника, игре в командах.  2. Развивать ловкость, быстроту.  3. Воспитывать чувство товарищества. | | 1. Упражнять в ведении мяча в разных направлениях с остановкой по сигналу.  2. Развивать ловкость, уверенность в своих силах.  3. Воспитывать дружеские взаимоотношения. | | 1. Промежуточная аттестация. | | Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |
| Июнь | 1  Меняем ноги  2  Закрепляем  3  Набиваем мяч | 1. Упражнять в ведении мяча правой и левой ногой в заданном направлении, ударах мяча о стенку внутренней стороной стопы.  2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.  3. Воспитывать уверенность в своих силах.  1. Закреплять ведение мяча обеими ногами в заданном направлении и ударе по мячу о стенку внутренней стороной стопы.  2. Развивать видение поля.  3. Воспитывать интерес к футболу.  1. Упражнять в набивании мяча.  2. Развивать ловкость, координацию движений.  3. Воспитывать дружеские взаимоотношения. | Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |
| Август | 1  Передаем мяч  2  3 | 1.Упражнять в передаче мяча на дальние расстояния.  2. Развивать силовые качества.  3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества.  1. Двухстороняя игра.  1. Развивать ловкость, координацию движений. | Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |

**Условия реализации программы.**

Занятия проводятся в спортивном зале детского сада.

Форма одежды детей:спортивная форма.

Методическое обеспечение программы включает:

1. Планы-конспекты занятий;
2. Комплексы упражнений на расслабление;
3. Комплексы упражнений суставной гимнастики;
4. Картотеку подвижных игр.

**Материально-техническое обеспечение программы.**

Спортивное оборудование (стандартное и нестандартное):

- Шведская стенка

- гимнастические скамейки

игровое поле с разметкой

- мячи футбольные (на подгруппу детей, 10 шт.)

- скакалки (на подгруппу детей, 10 шт.)

- конусы-ориентиры (10 шт.)

- кегли (10 шт.)

- схемы технических приемов игры в футбол

**Результативность занятий**

В результате занятий:

- освоение детьми техники игры в футбол; результативность, уверенность и точность выполнения движений с мячом;

- развитие физических качеств детей;

- развитие «чувства команды», умения согласовывать свои действия с действиями партнеров в игре, подчинять свое поведение единым игровым правилам;

- повышение интереса детей к спортивным играм;

- участие в районных и городских соревнованиях по мини – футболу среди дошкольных команд;

- интерес родителей к успехам детей.

**Список литературы.**

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» М., Просвещение, 1992.

2. Кантан В.В. «Раннее физическое развитие ребенка» С.- Пб, 2001.

3. Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов / Х. Вайн. - Пер. с итал. - М.: Терра-Спорт; Олимпия Пресс, 2004. - 244 с. - (Первый шаг).

4.. Мосягин, С.М. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. Теория и методика футбола: Издание Российского футбольного союза / С.М. Мосягин, М.А. Годик, И.А. Швыков. – Олимпия; Человек, 2007. - Изд. №28.

5. Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Алиев Э.Г., Андреев О.С., Андреев С.Н., 2014.

6. Вайн, Хорст Как научиться играть в футбол. Школа технического мастерства для молодых / Хорст Вайн. - М.: Спорт, 1994**. -** 322 c.

7. Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). Учебник / В.П. Губа. - М.: Спорт, 2016. - 200 c.

Принята:

на заседании педагогического совета

от 22.05.2023 г.

протокол № 8