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 старшей группы, 5 - 6 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:** 5 – 6 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»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Старшая 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 | 43 недели |
| 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. |
| Старшая группа 5-6 лет. |
| Сентябрь | 4 |
| Октябрь | 5 |
| Ноябрь | 4 |
| Декабрь | 4 |
| Январь | 4 |
| Февраль | 4 |
| Март | 4 |
| Апрель | 5 |
| Май | 3 |
| 1 занятие – промежуточная аттестация (30 минут) |
| Июнь | 2 |
| Август | 3 |
| Итого | 43 |

(педагог Козабаранов Н.С.)

**Учебный план 3**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц | №  занятия | Цель, содержание | Методическое обеспечение |
| Сентябрь | 1.Знакомство с футболом.  2. Мы ведем, бьем, передаем.  3. Мы учимся находить выход из ситуаций.  4. Мы бьем по мячу разными способами. | |  | | --- | | 1. Познакомить детей с игрой в футбол, историей ее возникновения. Упражнять в простейших технико – тактических действиях с мячом: ведение, передача мяча, обводка.  2. Развивать координацию, быстроту, ловкость.  3. Воспитывать интерес к спортивным играм. | | 1. Продолжать знакомить детей с игрой в футбол. Учить простейшим действиям с мячом: ведение, удар, передача.  2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость.  3. Воспитывать интерес к спортивным играм. | | 1. Упражнять в действиях с мячом, учить самостоятельно находить выход в создавшейся игровой ситуации.  2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость.  3. Воспитывать уверенность в своих силах. | | 1. Упражнять в ударе по мячу ногами: внешней и внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частям подъема – носком и пяткой.  2. Развивать ловкость, глазомер, пространственную ориентировку.  3. Воспитывать организованность, дисциплину. | | 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). |
| Октябрь | 1.Мы ориентируемся в пространстве.  2. Мы развиваем глазомер.  3. Мы играем в парах.  4.Мы уверены в своих силах. | |  | | --- | | 1. Учить размаху бьющей ноги вперед с разворотом стопы на 90\*, удару по неподвижному мячу с места.  2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.  3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям. | | 1. Упражнять в посыле мяча низом в ворота с расстояния в 8 – 10 шагов, игре с мячом в парах.  2. Развивать глазомер, точность.  3. Воспитывать умение работать с партнером. | | 1. Упражнять в посыле мяча низом в ворота с расстояния в 8 – 10 шагов, смещая точку удара на 3 – 4 шага в сторону, игре с мячом в парах.  2. Развивать умение играть в парах, мягко подкатывая мяч к ногам партнера.  3. Воспитывать организованность, дисциплину. | | 1. Упражнять в выполнении ударов по неподвижному мячу о стенку с 3-х шагов, игре в парах.  2. Развивать ловкость, глазомер.  3. Воспитывать уверенность в своих силах. | | Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |
| Ноябрь | 1. Мы быстры и внимательны.  2. Ведем мяч в движении.  3. Желание играть.  4. Ведем мяч вокруг конуса.  5. Бьем мяч. | |  | | --- | | 1. Упражнять в ударе по неподвижному мячу с места и разбега, игре в парах.  2. Развивать ловкость, быстроту, внимание.  3. Воспитывать чувство товарищества. | | 1. Упражнять в ведении мяча в беге, передаче в парах.  2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту.  3. Воспитывать организованность. | | 1. Упражнять в ударах по мячу, ведению, передаче мяча, индивидуальной тактике действий.  2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту.  3. Воспитывать желание принимать активное участие в игре. | | 1. Упражнять в ведении мяча вокруг конуса правой и левой ногой в разных направлениях, игре в парах.  2. Развивать ловкость, выносливость, быстроту.  3. Воспитывать организованность, отзывчивость.  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). |
| Декабрь | 1. Бьем «щечкой».  2. Мы перестраиваемся.  3. Упражняемся с мячом.  4. Развиваем глазомер. | |  | | --- | | 1. Упражнять в ведении мяча между предметами, в ударах «щечкой», не останавливая отскочившего от стены мяча.  2. Развивать ловкость, глазомер, быстроту.  3. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре. | | 1. Упражнять в посыле мяча ударом «щечкой» партнеру по игре, применяя разные вида построения: в две шеренги, четырехугольником, по кругу.  2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.  3. Воспитывать интерес к двигательной деятельности. | | 1. Отрабатывать выполнение упражнения с мячом на месте, на медленном ходу, во время быстрого бега.  2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость.  3. Воспитывать чувство товарищества. | | 1. Упражнять в ударе по мячу внутренней частью подъема ноги товарищу, в цель (ворота).  2. Развивать глазомер, точность.  3. Воспитывать уверенность в своих силах | | Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |
| Январь | 1. Играем в игры.  2.  3.Мы волевые игроки. | |  | | --- | | 1. Упражнять детей в игровых ситуациях: «догони мяч», «отними мяч», «сбей кегли», «попади в ворота».  2. Развивать смекалку, выдержку, быстроту.  3. Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощь. | | 1. Промежуточная аттестация. | | 1. Упражнять в прыжках через скакалку, отжимании, забрасывании мяча в корзину.  2. Развивать глазомер, выносливость.  3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества. | | Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |
| Февраль | 1.Мы играем в мини-футбол.  2. Отбор мяча.  3. Мы вратари.  4. Мы уверены в своих силах. | |  | | --- | | 1. Упражнять в ведении мяча то правой, то левой ногой; игру в парах, тройках, в «мини-футбол».  2. Развивать ориентировку, ловкость, быстроту.  3. Воспитывать организованность, дисциплину. | | 1. Упражнять в приеме отбирать мяч у партнера по игре (не касаясь руками другого игрока), в ведении мяча между предметами, вбрасывании из-за боковой линии. Игра в парах «Забей гол».  2. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку в пространстве.  3. Воспитывать интерес к спортивным упражнениям. | | 1. Отрабатывать приемы вратаря: не стоять на месте, ловить мяч, отбивать его, вести ногой. Игра «Меткий футболист».  2. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.  3. Воспитывать интерес и желание играть в футбол. | | 1. Формировать умение видеть мяч и расположение защитников, выбегать на свободное место для получения мяча.  2. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений.  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. |
| Март | 1. Мы бьем по мячу.  2. Мы играем.  3. Мы останавливаем мяч.  4. Мы точны и быстры. | |  | | --- | | 1. Упражнять в ударе с места ногой, игре в парах.  2. Развивать глазомер, ориентировку.  3. Воспитывать смелость, решительность | | 1. Упражнять во вбрасывании из боков, спины, ведении между предметами. Игра в парах, тройках, «футбол».  2. Развивать ловкость, глазомер.  3. Воспитывать уверенность в своих силах. | | 1. Упражнять в остановке катящегося мяча внутренней стороны стопы, отрабатывать удары пяткой с разбега, играть в парах.  2. Развивать быстроту, ловкость, глазомер.  3. Воспитывать дружеские взаимоотношения. | | 1. Упражнять в остановке катящегося мяча подошвой, отрабатывать игру в парах со стенкой.  2. Развивать точность, быстроту реакции, глазомер.  3. Воспитывать интерес к спортивным играм. | | 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). |
| Апрель | 1. Мы бьем пяткой.  2. Мы вбрасываем мяч.  3. Мы бьем пяткой по воротам.  4. Мы нападаем и защищаемся. | |  | | --- | | 1. Упражнять в ударах пяткой по неподвижному мячу с места, с разбега. Упражнять в игре в парах в одни ворота.  2. Развивать ловкость, быстроту, внимание.  3. Воспитывать чувство товарищества. | | 1. Упражнять в ударах пяткой в парах, вбрасывании с боковой линии двумя руками из-за головы.  2. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.  3. Воспитывать уверенность в своих силах. | | 1. Упражнять в ударах пяткой с небольшого разбега по воротам (расстояние 5-7 м).  2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.  3. Воспитывать чувство партнерства. | | 1. Отрабатывать технические приемы игры в тройках, в кругу: нападение, защита, вратарь.  2. Развивать глазомер, ловкость, ориентировку в пространстве.  3. Воспитывать интерес к спортивным играм. | | 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. Мы владеем мячом.  2. Мы принимаем мяч.  3. Мы тактики.  4. | |  | | --- | | 1. Упражнять в приемах владения мячом: вокруг конусов, в разных направлениях, игре в кругу, тройках, команде.  2. Развивать ловкость, ориентировку.  3. Воспитывать дружеские взаимоотношения. | | 1. Упражнять в приемах владения мячом, меняя темп, направление, силу удара; играть вдвоем, втроем, в команде.  2. Развивать ловкость, ориентировку, глазомер.  3. Воспитывать чувство товарищества. | | 1. Закреплять тактико-технические приемы игры в футбол: защиты и нападения.  2. Развивать быстроту, ловкость.  3. Воспитывать желание заниматься спортивными играми. | | 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. Мы ведем и бьем.  2. Мы смотрим в поле. | 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. | Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых футболистов, Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |
| Август | 1. Мы передаем мяч.  2. Мы проверяем навыки. | 1.Упражнять в передаче мяча на дальние расстояния.  2. Развивать силовые качества.  3. Воспитывать взаимопомощь, волевые качества. | Алиев Э, Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях, учебное пособие, Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала). |

**Условия реализации программы.**

Занятия проводятся в спортивном зале детского сада.

Форма одежды детей:спортивная форма.

Методическое обеспечение программы включает:

* Планы-конспекты занятий;
* Комплексы упражнений на расслабление;
* Комплексы упражнений суставной гимнастики;
* Картотеку подвижных игр.

**Материально-техническое обеспечение программы.**

Спортивное оборудование (стандартное и нестандартное):

- Шведская стенка

- гимнастические скамейки

игровое поле с разметкой

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

- скакалки (на подгруппу детей, 10 шт.)

- конусы-ориентиры (10 шт.)

- кегли (10 шт.)

- схемы технических приемов игры в футбол

**Результативность занятий**

В результате занятий:

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

- развитие физических качеств детей;

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

- повышение интереса детей к спортивным играм;

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

- интерес родителей к успехам детей.

**Список литературы.**

1. 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