Департамент образования Администрации г. Екатеринбурга
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 47
620076, г. Екатеринбург, ул. О. Кошевого 32а, тел.: (343)2860481, 2860482

Принято решением
Педагогического совета МАДОУ –
Детского сада № 47
Протокол № 1 «31» августа 2023 г.

Утверждаю
Заведующий МАДОУ –
Детским садом № 47
Е. В. Фотеева
Приказ № [illegible] от 31.08.2023 г.

Подписано цифровой подписью: Фотеева Екатерина Владимировна

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА-ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Звездочки футбола»

2-ой год обучения

Направленность – физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся – 6-7 лет

Срок реализации – 1 год

Составитель:

Инструктор по физической культуре

Ларионов Сергей Селеевич

Екатеринбург

2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ 3
1.1. Пояснительная записка 3
1.2. Цели и задачи реализации программы 4
1.3. Планируемые результаты освоения программы 5
1.4. Критерии оценки освоения (восприятия) программы 5
1.5. Отличительные особенности программы 6
2 СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ 8
2.1. Специфика организации обучения 8
2.2. Структура системы подготовки 8
2.3. Содержание программы 10
2.4. Система контроля и зачетные требования 19
2.5. Взаимодействие с семья воспитанников 20
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ 21
3.1. Правила поведения (техника безопасности) на занятиях 21
3.2. Материально-техническое обеспечение 23
3.3. Планирование образовательной деятельности 24
3.4. Перечень нормативных актов 25
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ 26

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Физическое воспитание играет большую роль во всестороннем развитии современного дошкольника. Дошкольный возраст – это возраст, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни.

Современные программы предусматривают своевременное физическое развитие детей, которое осуществляется целым комплексом средств. Среди них большое значение имеют занятия спортивными играми. В детском организме заложены большие возможности для тренировок, а это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания ДОУ. Ведь освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом. Вместе с тем детям дошкольного возраста не рекомендуется заниматься спортом в прямом смысле этого слова, т.е. осуществлять подготовку и участие детей в спортивных соревнованиях с целью достижения высоких результатов. Но отдельные элементы действия в спортивных играх и упражнениях, элементы соревнования не только возможны, но и целесообразны.

Футбол – спортивная игра. Динамичность, эмоциональность, разнообразие действий в различных ситуациях в футболе привлекают детей старшего дошкольного возраста, формируя интерес и увлеченность ею.

Футбол – игра с мячом. В играх и действиях с мячом дошкольники совершенствуют навыки большинства основных движений. Вместе с тем игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе игр дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, ударам по мячу ногой, ведении ногой, ударам по цели и на дальность с места и с разбега, но также и в ходьбе, беге, прыжках. Все эти движения дети выполняют в постоянно изменяющейся обстановке. А это способствует формированию у детей старшего дошкольного возраста умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры. Так как у них еще слабо развита способность к точным движениям, любые действия с мячом оказывают положительное влияние на развитие этого качества.

Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации и способах проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка. Разнообразные спортивные упражнения позволяют всесторонне воздействовать на мышечную систему детей, укреплять их костный аппарат, развивать дыхательную и сердечно-сосудистую системы, регулировать обмен веществ, усиливая его функциональный эффект.

Благодаря спортивным упражнениям дети овладевают техникой выполнения движений, отдельными тактическими комбинациями спортивной игры, требующей взаимодействия участников, выдержки, решительности, смелости. Посредством игр и игровых упражнений дети будут учиться

управлять не только своими движениями, но и эмоциями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях.

Футбол – игра коллективная, а в играх коллективного характера нередко возникают конфликты, споры между детьми, разрешать которые дети будут учиться также в ходе игр. Игры и упражнения с мячом развивают навыки поведения ребенка в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи.

Таким образом: элементы спорта помогают значительно повысить функциональные возможности детского организма. Ведь двигательные навыки, сформированные у детей до 7 лет, составляют фундамент для их дальнейшего совершенствования в школе, облегчают овладение более сложными движениями, позволяют в дальнейшем достигать высоких результатов в спорте. Развитие общей выносливости и физических качеств, таких как ловкость, быстрота, координация движений, двигательная реакция, ориентация в пространстве, обучение двигательным умениям и навыкам будут способствовать укреплению здоровья детей старшего дошкольного возраста в целом. Занятие футболом способствует развитию ловкости, быстроты, координации движений, двигательной реакции, ориентации в пространстве. Игры с мячом развивают соответствующие навыки поведения в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, решительности, смелости. Дети учатся управлять своими движениями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях.

В процессе занятий футболом у детей 6-7 лет формируются многие психофизиологические процессы. Именно в этот период достигается развитие быстроты, ловкости, координация движения (развивается двигательная память) закладываются основы техники и тактики, формируется спортивный характер.

Футбольные элементы могут быть включены в программный обучающий материал по физвоспитанию на протяжении учебного года. Но, все же основная и наиболее эффективная форма обучения дошкольников игре в футбол – занятия, которые целесообразно проводить в форме физкультурно-оздоровительного кружка.

1.2. Цели и задачи реализации программы

Обучение технике игры в футбол в возрасте 6-7 лет - основная задача подготовки будущих футболистов. Прежде чем хорошо играть, нужно освоить технические приемы, научиться соединять разные приемы в связки и комбинации, необходимые для решения задач каждого игрового эпизода. В этой программе учтены:

- взаимосвязь различных сторон учебно-тренировочного процесса, которая обеспечивает его системность и комплексность;
- приоритет в освоении техники маленького футбола и в обучении умениям эффективно применять технические приемы в играх на всех этапах подготовки;

- возрастные и индивидуальные особенности дошкольников.

В процессе занятий футболом у детей 6-7 лет формируются многие психофизиологические процессы. Именно в этот период достигается развитие быстроты, ловкости, координация движения (развивается двигательная память) закладываются основы техники и тактики, формируется спортивный характер.

Цель программы: достижение оптимальной двигательной активности с учетом интеграции образовательных областей, направленных на охрану и укрепление физического и психологического здоровья дошкольников.

Реализации этой цели будет способствовать решение следующих задач:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма дошкольников;
- формирование у детей интереса к занятиям физической культурой с элементами футбола;
- гармоничное физическое развитие через организацию занятий с использованием приемов (элементов) техники владения мячом в футболе;
- применение интеграции образовательных областей, направленных на оптимальную двигательную активность дошкольников.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы – 6-7 лет. Это определяется значительным ростом физических возможностей, изменением психологической позиции и ощущением старшими дошкольниками «взрослости» желанием проявить свою индивидуальность и спортивные способности.

1.3. Планируемые результаты освоения программы

К концу года ребенок становится физически развитым: подвижен, вынослив, владеет элементами техники игры в футбол, может контролировать свои движения и управлять ими.

Дети овладеют:

- Техникой передвижения бегом спиной, скрестным и приставным шагом.
- Техникой работы с мячом - чеканкой.
- Техникой ударов по мячу ногой: внутренней, внешней стороной стопы по неподвижному и катящемуся мечу
- Техникой ударов по мячу на дальность и точность.
- Остановкой и ведением мяча.
- Обманными движениями (финтами).
- Отбором мяча.

1.4. Критерии оценки освоения (восприятия) программы

Определение результатов воспитанника по программе происходит на основании таких показателей (оцениваемых параметров), как:

1. Теоретическая подготовка ребенка (теоретические знания по программе, владение физ. воспитательной терминологией). Критерии – соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям, осмысленность и правильность использования терминологии

2. Практическая подготовка ребенка (практические умения и навыки, предусмотренные программой). Критерии соответствие практических навыков и умений программным требованиям, отсутствие затруднений при выполнении физических упражнений и при участии в играх.

3. Коммуникативные умения: умение слушать и слышать инструктора.

4. Организационные умения и навыки: соблюдать в процессе правила безопасности, точно выполнять задания. Критерии – адекватность восприятия информации, идущей от инструктора, соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям, точность и ответственность при выполнении заданий

Отслеживать динамику личностного развития воспитанников предлагается по трем направлениям:

- Организационно-волевые качества (терпение, воля, самоконтроль)
- Ориентационные свойства личности (самооценка, интерес к занятиям)
- Поведенческие характеристики (конфликтность, тип сотрудничества)

Критериями в данном случае выступают: способность переносить нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности, активно побуждать себя к занятиям физическими упражнениями, умение контролировать свои поступки, способность оценивать себя адекватно, осознанное участие ребенка в освоении программы, способность занять определенную позицию в конфликтность ситуации, умение воспринимать общие дела как свои собственные.

Таким образом, итоговыми критериями эффективности реализации программы можно считать:

- Степень усвоения знаний о физическом развитии
- Степень освоения способов двигательной деятельности
- Опыт физической деятельности
- Приобретение опыта эмоционально-ценностных отношений в ходе игр
- Сравнительный анализ данных медицинских обследований воспитанников программы и обычных детей.

1.5. Отличительные особенности программы

Отличительная особенность обучения игре в футбол в дошкольном учреждении – это ее эмоциональная направленность. Ведь положительный эмоциональный тонус является важнейшей предпосылкой здоровья, предупреждает развитие различных заболеваний, а также поддерживает у

детей интерес к физической культуре. Разнообразие игровых упражнений, подвижных игр увлекает детей настолько, что они иногда «забывают» о времени. Познав радость и удовольствие от предложенной им деятельности, дошкольники уходят с занятия с желанием продолжить его как можно скорее. Так формируются осознанный интерес и мотивация к занятиям не только футболом, но и физкультурой в целом. В основу методики обучения игре в футбол, равно как и другим спортивным играм, положена игровая форма проведения занятии. В содержании занятий эффективно сочетаются игровые упражнения и эстафеты, подвижные игры и спортивные упражнения.

2 СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

2.1. Специфика организации обучения

К занятиям по программе допускаются дети от 6 лет, имеющие разрешение врача-педиатра (правку) и письменное согласие (заявление) родителей (законных представителей).

Количественные состав групп:

Минимальная наполняемость группы (чел.)	Рекомендуемый количественный состав группы (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел.)
16	20	24

Дошкольные образовательные учреждения формируют группы, предоставляют место и время для проведения занятий, обеспечивают медицинский контроль и допуск к занятиям.

Работа по программе ведется на протяжении 9 месяцев (сентябрь-май). В мае-июне проводится спартакиада. Допускается проведение занятий на открытом воздухе с применением преимущественно игровых и легкоатлетических упражнений (бег, прыжки).

Основными формами проведения занятий являются учебная, учебно-тренировочная и тренировочная. Дополнительно используются контрольная и соревновательная формы.

Учебная форма применяется при ознакомлении с новыми упражнениями. Цель занятий – показ и объяснение, разучивание, создание двигательных представлений.

Учебно-тренировочная форма применяется для закрепления техники упражнений в повторном режиме. Цель занятий – освоение новых и ранее изученных упражнений с учетом не только общих принципов, но и мелких деталей, приобретение двигательных умений

2.2. Структура системы подготовки

Обучение дошкольников игре в футбол целесообразно разделить на три этапа: подготовительный, основной, заключительный.

На подготовительном этапе главными задачами являются: повышение общей физической подготовленности; совершенствование общей выносливости; улучшение техники бега; улучшение состояния здоровья и прежде всего деятельности сердечно-сосудистой системы и органов дыхания. Реализация этого этапа осуществляется в повседневной жизни дошкольников посредством подвижных игр и физических упражнений на прогулках, во время самостоятельной двигательной деятельности детей, непосредственно во время физкультурных занятий и спортивных развлечений. Данный этап во временном отношении может длиться от нескольких месяцев до полугода и более.

Основной этап - этап непосредственного обучения игре в футбол. Содержание основного обучающего этапа представлено в конспектах занятий,

приведенных ниже. Наличие трехчастной формы занятий (вводная часть, основная, заключительная) позволяет педагогу рационально распределить учебно-тренировочный материал. Для каждого занятия определяются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Вводная часть - это разминка, целью которой является подготовка организма ребенка к более интенсивной работе в основной части занятия. В содержание вводной части могут входить различные виды ходьбы (на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, с перекатом с пятки на носок, с высоким подниманием колен, с захлестом голени назад, с хлопком под коленом и т.п.) и бега (в колонне по одному, с перестроением в пары, «змейкой», по диагонали, бег в сочетании с другими движениями, спиной вперед, с поворотом вокруг себя по сигналу и т.п.), а также прыжки, подскоки, упражнения дыхательной гимнастики и подвижные игры. Продолжительность вводной части для старших дошкольников - до 3-4 минут. Таким образом, упражнения вводной части занятия являются подводящими упражнениями к изучению движений в основной части занятия.

Содержание основной части занятия разнообразно. Она начинается с небольшого комплекса общеразвивающих упражнений или подвижной игры. В этой части занятия сочетаются более интенсивные упражнения с менее интенсивными, чем и обеспечивается оптимальный уровень физической и умственной нагрузки на организм старшего дошкольника. Движения подбираются энергичные, быстрые, требующие выносливости, а также повышающие функциональное состояние организма. Комплекс общеразвивающих упражнений (далее ОРУ) можно разучить и выполнять в течение 4-5 занятий, не более. Согласованное выполнение уже разученных и усвоенных движений позволит детскому организму подготовиться к освоению новой нагрузки, а педагогу - наиболее рационально и эффективно распределить их силы при выполнении основных видов движений. Как показывает практика, при обучении дошкольников техническим азам игры в футбол целесообразно использовать так называемые подводящие упражнения, т.е. движения, сходные по структуре с главными элементами техники того или иного движения. Например, при обучении удару по мячу внутренней стороной стопы подводящими могут стать упражнения имитационного характера этого же движения; при обучении остановки мяча подошвой - прокатывание вперед назад мяча подошвой, стоя на месте, и т.п. Упражнения в футболе дети выполняют как правой, так и левой ногой. Вместе с тем необходимо обеспечить осознанное освоение детьми упражнений и не ограничивать их в творчестве. А этот аспект будет достигнут тогда, когда ребенок будет знать, когда и при каких условиях он сможет применить полученные умения и навыки. Например, старшие дошкольники, освоившие элементарную технику игры в футбол в детском саду, будут способны сыграть в эту игру в команде старших по возрасту детей в школе, дома во дворе или где-либо на отдыхе и т.п. Продолжительность основной части - до 20 минут. Таким образом,

разнообразная и увлекательная по содержанию основная часть занятия позволит педагогу реализовать поставленные задачи.

В заключительной части занятия необходимо привести организм ребенка в относительно спокойное и ровное состояние. Этому будут способствовать: ходьба в сочетании с дыхательными упражнениями, упражнения на расслабление и релаксацию, спокойная игра и т.п. Продолжительность заключительной части составляет 4-5 минут. Заключительный этап – этап совершенствования технических, элементарных тактических навыков игры в футбол, т.е. непосредственно сам футбольный матч.

С детьми дошкольного возраста длительность футбольного матча составляет 25 минут с учетом 5-минутного перерыва для отдыха и расслабления. Перед каждой игрой необходима разминка, состоящая из упражнений, уже знакомых детям. Футбольный матч двух команд, состоящих из детей одной или двух групп детей старшего дошкольного возраста, целесообразно включать в программу Дня здоровья, спортивного праздника, в совместные с родителями физкультурно-оздоровительные мероприятия и т.д. Все занятия данного этапа проводятся на улице.

Дошкольникам необходимо знать элементарные правила игры в футбол:

— перед началом игры проводится жеребьевка для выбора сторон или начального удара. Мяч ставится на землю в центре поля;

— игроки команды стремятся забить как можно больше голов в ворота соперника, а после потери мяча защищать свои, соблюдая при этом правила игры;

— футбол — игра двух команд, и в каждой команде - до 5-7 игроков, один из которых капитан;

— соблюдение правил игры и продолжительность матча контролирует судья;

— мяч считается забитым в ворота, если он полностью прошел линию ворот, а также во время игры были соблюдены все правила;

— в футболе все действия с мячом игроки выполняют ногами;

— правом брать мяч в руки обладают вратарь и игрок, выполняющий вбрасывание;

— футбол – игра коллективная, и игроки относятся друг к другу с уважением, несмотря на дух соперничества и желание победить.

2.3. Содержание программы

В содержание программы входят следующие виды подготовки: теоретическая, основная физическая подготовка (ОФП), специальная физическая подготовка (СФП), техническая и тактическая подготовка, игровая, соревновательная, восстановительные мероприятия и контрольные испытания.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Темы: Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Понятие о гигиене и санитарии. Общее представление о ЗОЖ. Гигиенические требования к питанию спортсменов. Понятие о тренировке и «спортивной форме». Режим для маленького спортсмена. Закаливание. Временные ограничения и противопоказания к тренировочным занятиям и участию в соревнованиях. Общая и специальная физическая подготовка. Всесторонняя физическая подготовка – важный фактор укрепления здоровья. Повышение функциональных возможностей органов и систем, развитие физических качеств воспитанников (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости). Общая и специальная физическая подготовка. Средства общей и специальной физической подготовки, применяемые в процессе обучения и тренировки с воспитанниками в мини-футболе. Контрольные упражнения и нормативы по общей и специальной физической подготовки для воспитанников. Основы техники и тактики мини-футбола. Понятие о техники мини-футбола. Характеристика основных приемов игры. О соединении технической и физической подготовки. Понятие о тактике мини-футбола. Характеристика тактических действий. Анализ технических приемов и тактических действий в атаке и обороне. Классификация техники и тактики мини-футбола. Спортивные соревнования по мини-футболу. Правила игры. Права и обязанности игроков. Виды соревнований. Система проведения соревнований. Места занятий, оборудование и инвентарь. Игровая площадка для проведения занятий и соревнований по мини-футболу. Подсобное оборудование. Технические средства, используемые при обучении маленьких футболистов. Мячи. Их подготовка к занятиям и играм. Требования к спортивной одежде и обуви. Уход за ними.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА. Общая физическая подготовка:

1. Строевые упражнения. Команды для управления строем. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Повороты на месте и в движении. Сомкнутый и разомкнутый строй. Перестроения из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два. Перемена направления движения. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения строя. Остановка.

2. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа и т.д.) вращения, махи, сгибание и разгибание рук, отведение и приведении. То же, но во время ходьбы и бега. То же, но с предметами. Многократные броски набивного мяча вперед и над собой, ловля набивного мяча.

3. Упражнения для мышц шеи и туловища. Наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения на формирование правильной осанки. Наклоны и повороты туловища, круговые вращения туловищем. В положении лежа на спине поднимание и опускание прямых и согнутых ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и

опускание туловища. Из различных исходных положений (лежа, сидя, из виса) выполнение угла. Смешанные упоры. Различные сочетания этих движений.

4. Упражнения для мышц ног. Поднимание на носки. Приседания на одной и обеих ногах. Маховые движения в переднем, заднем и боковом направлениях. Выпады. Выпады с дополнительными пружинящими покачиваниями. Различные подскоки на одной и обеих ногах. То же, но с предметами. Сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах. Прыжки. Упражнения с сопротивлением.

5. Упражнения для всех мышц групп. Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами (набивные мячи, гантели, гимнастические палки, резиновые амортизаторы, скакалки).

6. Упражнения на гимнастических снарядах гимнастические стенка и скамейка.

7. Легкоатлетические упражнения (бег на 10 ,15, 20, 30, 40м; повторный бег с короткими отрезками; много скоки; метание малого мяча в цель и на дальность с места и с разбега).

8. Подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, с преодолением полосы препятствий, переноской предметов, бросками и ловлей мячей.

9. Специальная физическая подготовка Упражнения для развития быстроты. Бег с остановками и изменением направления. Бег с прыжками. Рывки на 5 - 8м. из различных исходных положений. Бег за лидером. Бег, с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Повторный бег по дистанции до 20м. Челночный бег на 5м. (общий пробег за одну попытку до 15 м.). Челночный бег (вначале отрезок преодолевается лицом вперед, а затем – спиной вперед т.д.). Челночный бег приставными шагами. Эстафетный бег. Подвижные игры типа «День и ночь», «Вызов номеров», «Рывок за мячом», «Салочки» и т.д. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом в цель. Стартовые рывки с партнером за овладение мячом. Ведение мяча в быстром темпе на 10м. То же, но с обводкой стоек. Выполнение технических приемов в быстром темпе. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Приседание и резкое выпрямление ног с взмахом руками вверх. То же, с прыжком вверх. То же, с набивным мячом в руках. Подскоки и прыжки после приседа без отягощения. Прыжки на одной и обеих ногах на месте и с продвижением лицом вперед. Спрыгивание с высоты (40см.) с последующим прыжком вверх или рывком на 5м. Эстафеты и подвижные игры с бегом и прыжками. Упражнения для развития специальной выносливости. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. Повторный бег с ведением мяча. Переменный бег (несколько повторений с переменной скоростью). Бег в колонне по одному вдоль границ игрового поля и выполнение по сигналу определенного задания (ускорение, остановка, изменение направления и способа передвижения, прыжок вверх, и т.д.). Многократное повторение специальных технико-тактических упражнений (повторный бег с мячом с обводкой стоек и ударом в цель; бег с мячом на скорость и т.д.). Игровые

упражнения с мячом большой интенсивности. Игры с увеличением продолжительности. Учебные игры с уменьшенными по численности составами команд. Упражнения для развития игровой ловкости. Жонглирование мячом, чередуя удары различными частями подъема, стопы, бедром. Ведение мяча по кругу, «восьмерке», по ограниченному коридору. Парные и групповые упражнения с передачами, ведением мяча, обманными движениями и ударами в цель. Эстафеты с ведением и передачей мяча. Удары ногой в цель после, бега змейкой и т.д. Подвижные игры с мячом «Живая цель», «Салки мячом», «Ловля парами» и т.д.

ИГРОВАЯ ПОДГОТОВКА. Учебная игра Взаимодействие двух трех воспитанников с сопротивлением друг против друга. Двухсторонняя игра один в один, два в два. Подвижные игры. Методы организации подвижных игр. Эффективность игровых действий. Правила и организация игр. Виды подвижных игр. Значение подвижных игр при подготовке юных футболистов. Правила и организация подвижных игр.

СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ. Внутригрупповые соревнования по общей физической подготовке, по подвижным и спортивным играм, учебные игры по футболу. Межгрупповые соревнования по общей физической подготовке между группами.

ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ. Современный спорт характеризуется повышением объема и интенсивности тренировочных нагрузок, что естественно, отражается и на подготовке воспитанников. Такая тенденция заставляет тренеров ДОУ с особым вниманием относиться к здоровью воспитанников, так как в процессе обучения и тренировки могут возникнуть условия для развития перенапряжения, переутомления и травматизма. Освоению занимающихся тренировочных нагрузок должны способствовать специальные восстановительные мероприятия, которые могут проводиться в различное время и сроки:

- в современном учебно-тренировочном процессе в ходке совершенствования общей и специальной работоспособности;
- в середине соревновательного микроцикла и в свободный от игр день;
- после соревновательного микроцикла;
- после макроцикла соревнований;
- перманентно. Восстановительные процессы в работе с детьми в ДОУ осуществляются с помощью. Педагогических, психологических, гигиенических и медико-биологических средств. Педагогические средства восстановления являются основными. Они предусматривают, как оптимальное построение одного тренировочного занятия, так и системы в микроциклах и на отдельных этапах тренировочного цикла. В работе с воспитанниками следует широко варьировать нагрузки, условия проведения занятий, предусматривать регулярное переключение с одного вида деятельности на другой и вводить упражнения для активного отдыха. Психологические средства восстановления предусматривают психорегулирующую тренировку, упражнения для мышечного расслабления.

Сон и отдых, а также другие приемы психогигиены и психотерапии. Специальные дыхательные упражнения, отвлекающие факторы должны использоваться непосредственно тренерским коллективом ДОУ. Гигиенические средства восстановления предусматривают следующие разделы:

- оптимальные социальные условия микросреды, быта, и трудовой деятельности;
- рациональный распорядок дня;
- личная гигиена;
- специализированное питание и рациональный питьевой режим;
- закаливания;
- гигиенические условия учебно-тренировочного процесса

Основными приемами техники игры являются перемещения, удары по мячу, приемы мяча, ведение мяча, отбор мяча, финты, вбрасывание мяча, приемы игры вратаря.

Передвижение игроков по площадке:

- различные виды бега («змейкой»; беге изменением темпа по команде (ускорение, замедление); спиной вперед; со сменой направляющего; в колонне по одному с перестроением в пары по сигналу; с препятствиями; в чередовании с другими движениями; обегая предметы и т.п.);
- различные виды прыжков, подскоки;
- подвижные игры «Ловишки», «Пятнашки», «Заморожу» и т.п.

Перемещения в виде ходьбы, медленного бега, бега с ускорением, бега спиной вперед, прыжков применяются в подвижных играх с мячом и самой игре в футбол. Быстрая смена игровых ситуаций, неожиданные действия противника требуют разнообразных способов перемещений: предельно быстрого бега с места, ускорения, бега приставными шагами; кроме того, ребенку приходится двигаться в самых различных направлениях: по прямой, по дуге, в противоположную сторону, зигзагом и т. п.

Удары по мячу:

- носком ноги по неподвижному мячу в стену с расстояния 2,5-3,5 м с места;
- носком ноги в ворота шириной 2-2,5 м с расстояния 3-4 м с места;
- 5-6 ударов подряд на точность с расстояния 2-4 м в уменьшенные ворота (1,5-1,7 м) без вратаря;
- с разбега по неподвижному мячу в стену;
- передача мяча друг другу носком ноги, стоя в паре (тройке), с места;
- по команде коснуться носком центра мяча, лежащего неподвижно;
- игровое упражнение «Снайпер»;
- пяткой: подбежав с расстояния 2-3 м к 5-6 мячам, лежащим на одной линии, выполнить поочередные удары по ним;
- пяткой по неподвижно лежащему мячу в ворота шириной 2,5 м с расстояния 2,5-3 м;

- передача мяча в паре, ударяя пяткой (расстояние между партнерами – 2-2,5 м);
- передача мяча пяткой, стоя по обе стороны дуги (ворот);
- игровое задание «Кто быстрее»;
- серединой подъема (имитация удара по мячу);
- с места по неподвижному мячу в стену с расстояния 3-4 м;
- с места (с разбега) по неподвижно лежащему мячу с целью попасть в предмет (расстояние до предмета – 2-3 м);
- (с постепенным увеличением силы удара) с места (с разбега) по неподвижному мячу в стену (3-4 м);
- отбивая мяч от пола, посылать его через натянутый шнур (высота шнура – 20 см);
- по цели, нарисованной на стене, после передачи мяча партнером (взрослым);
- внешней стороной стопы (выполнить 6-8 ударов, имитируя удары по мячу с разбега);
- отметив мелом соответствующую часть подъема, выполнить 8-10 ударов по мячу в стену (по предмету) с места (с разбега);
- внутренней стороной стопы («щечкой»);
- по мячу с места (с разбега) в стену (расстояние – 3-4 м);
- ударив по мячу с места (с разбега), попасть через шнур (высотой 20 см) в стену;
- после передачи мяча партнером ударить по мячу и попасть в цель (или предмет) с расстояния 2,5-3 м;
- передача мяча от водящего игрокам, стоящим по кругу;
- мячом по предмету, который размещен в центре круга (диаметр круга – 4-5 м), игроками, стоящими по периметру круга.

Удары по мячу составляют основу техники игры в футбол. При помощи ударов ногой игроки передают мяч партнеру, бьют по воротам, осуществляют ведение мяча и другие действия. Масса и скорость ударяющей в мяч ноги у дошкольников небольшие, поэтому и мяч не набирает большой скорости.

Удары по мячу ногой выполняются серединой подъема, внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы, носком и другими частями стопы и тела, которые реже применяются в игре. Футболист, готовясь к удару, за счет свободного замаха накапливает определенную энергию (нога сильно отводится назад, а затем начинает движение вперед сильно сгибаясь). Опорная нога (слегка согнута в коленном суставе) ставится чаще всего с пятки, а во время движения сгибается еще больше, вес тела переносится на всю ступню, а затем в момент отрыва мяча от стопы совершается подъем на носок. Перед соприкосновением стопы с мячом нога представляет собой жесткий рычаг. Дальность полета мяча и траектория зависят от того, с какой силой наносится удар.

Удары могут выполнятся по неподвижному, катящемуся, летящему и отскочившему от земли мячу. Удар по движущемуся мячу выполнить труднее,

чем по неподвижному, потому что игрок вынужден в этом случае согласовывать свои движения с движением мяча во времени и по расстоянию.

Остановка (прием) мяча ногой:

- остановка катящегося мяча подошвой ноги: передача мяча в парах (тройках) любым способом, и остановка подошвой ноги;
- передача мяча от водящего, находящегося в центре круга, игрокам, образующим этот круг.

Приемы мяча осуществляются подошвой, внутренней и внешней стороной стопы, бедром, подъемом, носком, грудью и головой. Дошкольников следует учить более легким способам приема мяча: подошвой, внутренней и внешней стороной стопы. Приемы бедром, грудью, головой доступны только детям в более старшем возрасте.

Для остановки катящегося мяча подошвой игрок встречает его ногой, слегка согнутой в колене и вынесенной вперед (носок поднят, пятка опущена), затем мяч накрывает подошвой, носок опускается и прижимает к земле.

Прием мяча внутренней стороной стопы, катящегося навстречу, выполняется так: ребенок поворачивает ногу носком наружу, вес тела переносит на опорную ногу и в момент соприкосновения с мячом отводит ногу немного назад.

Прием мяча внешней стороной стопы применяется в случаях, когда мяч падает сбоку от игрока. Остановку мяча выполняют согнутой ногой, вынесенной впереди опорной. Правая нога, согнутая в колене с опущенной пяткой и приподнятым носком, выносится вперед - влево, левая – вперед - вправо. Прием мяча осуществляется в момент его приземления.

Ведение мяча ногой:

- по прямой (10 м) попеременно: то правой, то левой ногой;
- по начерченной прямой линии (10м) попеременно: то правой, толевой ногой;
- по извилистой линии;
- между предметами (медболы, кегли и т.п.), обводя их;
- по коридору (шириной 2 м и длиной Юм), постепенно уменьшая его ширину;
- произвольное ведение мяча любым способом.

Ведение мяча осуществляется последовательными толчками внешней или внутренней частью подъема, внутренней стороной, серединой подъема или носком (рис. 30), одной или поочередно: то правой, то левой ногой. В зависимости от игровой ситуации ребенок при ведении мяча старается не отпускать мяч от себя или посылает дальше вперед. Если соперник близок, толчки производятся в нижнюю часть мяча, если далеко — в середину мяча.

Финты (уход с мячом в сторону от соперника):

- в паре с тренером, а по мере усвоения техники – с другим игроком;
- пронося ногу над мячом, другой ногой подтолкнуть его на ход.

Отбор мяча:

- игровое упражнение «Ну-ка отними!» в паре с тренером;

- игровое упражнение «Горячий мяч» (по принципу «Горячей картошки» – только ногами).

Отбор мяча. При отборе мяча необходимо приблизиться к игроку, владеющему мячом, и, когда он потеряет контроль над мячом, послать ногу навстречу мячу. Необходимо предупредить детей, чтобы они играли осторожно, так как можно получить травму. Вбрасывание мяча из-за боковой линии осуществляется так: ребенок берет мяч обеими руками, пальцы расставлены, ноги ставятся в положение небольшого шага или параллельно. Отклонившись назад, он быстро бросает мяч, выпрямляя руки.

Вратарская техника:

- ловля высоколетящего мяча в прыжке (перебрасывание мяча руками друг другу);
- ловля мяча, стоя в паре (тройке) на расстоянии 2-3 м;
- ловля мяча, брошенного через сетку, натянутую выше роста детей на 20 см;
- ловля мяча во время бега попарно (расстояние в паре – 2,5-3 м);
- подбрасывание и ловля мяча двумя руками, стоя на месте и с продвижением вперед;

бег с прыжком в высоту (игровое упражнение «Дотронься до колокольчика»);

- ловля и отбивание высоколетящего мяча в стороне от ворот (игроки поочередно бросают вратарю мяч руками из разных точек с расстояния от 2 до 4 м, затем игроки выполняют подачу ногами любым известным им способом).
- ловля мяча, летящего на уровне груди (игроки подают мяч вратарю сначала руками – игровое упражнение «Горячая картошка»: вратарю во время ловли мяча необходимо подпрыгнуть вверх так, чтобы мяч оказался на уровне живота, - затем ногами);
- ловля низколетящего мяча (перемещаясь боком с одной стороны гимнастической скамейки к другой, отбивать ладонями брошенный тренером мяч с расстояния 2,5-3 м);
- из и. п. - полуприсед с сомкнутыми ногами, ладони обращены навстречу мячу - отбивать мяч, брошенный водящим;
- прием катящегося мяча (перемещаться вдоль линии и отбивать ладонями, с широко расставленными пальцами, катящиеся мячи, которые поочередно посылают игроки ногами с расстояния 3-4 м);
- бросок мяча двумя руками:
- из-за головы;
- из-за плеча правой (левой) рукой;
- одной рукой сбоку низом;
- выбивание мяча в поле (пробежав несколько шагов, подбросить мяч невысоко вверх - вперед и ударить по нему подъемом ноги).

Приемы игры вратаря. В ходе игры вратарь почти не стоит на месте: он ловит мяч, отбивает его, защищая ворота, бросает пойманный мяч на поле или

ведет его ногой, если есть возможность продвинуться вперед. Во время подвижных игр с мячом и самой игры в футбол дети учатся видеть мяч, партнеров по игре и расположение защитников. Они должны учиться выбегать на свободное место для получения мяча и не гоняться всем за мячом.

Вбрасывание мяча:

- бросок мяча двумя руками из-за головы с места (с разбега) на дальность;
- перебрасывание мяча способом двумя руками из-за головы через сетку, стоя в паре.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии осуществляется так: ребёнок берёт мяч обеими руками, пальцы расставлены, ноги ставятся в положение небольшого шага или параллельно. Отклонившись назад, он быстро бросает мяч, выпрямляя руки.

Упражнения:

1. Удары ногой по подвешенному мячу.
2. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с одного, двух, трех шагов.
3. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега.
4. Один ребенок катит мяч, другой сбоку ударяет по нему ногой.
5. Бросок мяча в стенку и прием отскочившего мяча под подошву (внутренней стороной стопы).
6. Удар мяча ногой в стенку и его прием.
7. Бросать мяч руками вверх и принимать его на подошву.
8. Один ребенок катит мяч руками, другой останавливает его ногой.
9. Один ребенок посылает мяч ногой, другой останавливает его (тоже ногой).
10. Вести мяч правой и левой ногой по прямой.
11. Вести мяч толкая его поочередно то правой, то левой ногой по прямой.
12. Вести мяч ломаными линиями, толчками одной и поочередно то правой, то левой ногой.
13. Вести мяч вокруг стоек.
14. Вести мяч вокруг стоек и ударять по воротам.
15. Вести мяч меняя темп передвижения.
16. Вести мяч с ускорением и ударять по воротам.
17. Бросать мяч из-за головы двумя руками.
18. Бросать мяч по цели на точность попадания.
19. Один ребенок бросает мяч, другой принимает его.
20. Один ребенок ведет мяч ногой, другой улавливает момент и вступает в борьбу за мяч.
21. Один ребенок стоит в воротах, другой с 4-5 м легко ударяет по мячу, тот ловит и бросает обратно.
22. Вратарь стоит в воротах. 2-3 детей поочередно посылают мячи, вратарь должен ловить все мячи в воздухе или направлять мячи ногой в поле.

2.4. Система контроля и зачетные требования

Педагогический контроль и оценка уровня подготовленности воспитанников являются важнейшим элементом системы управления, определяющим эффективность процесса обучения и тренировки на всех этапах подготовки.

Для получения эффективной информации тренеры должны использовать следующие виды контроля:

- этапный;
- текущий;
- оперативный.

С помощью этапного контроля определяются изменения состояния детей под влиянием относительно длительного периода тренировочных воздействий, и определяется стратегия на последующий период занятий. Текущий контроль дает возможность оценить состояние воспитанников в течение дня. Оперативный контроль позволяет оценить состояние воспитанников в процессе тренировочных занятий и осуществить оперативную коррекцию тренировочного воздействия. В качестве контроля и оценки подготовленности воспитанников на практике принято использовать педагогические наблюдения и тестирование. Метод наблюдения, как правило, применяется тренерами ДОУ в качестве оперативного контроля. В процессе работы с воспитанниками тренеры осуществляют свои наблюдения постоянно. Это дает им возможность создать целостное представление как о группе в целом, так и ясное представление о каждом ребенке. Например, при изучении и оценке индивидуальных свойств нервной системы метод наблюдения с успехом можно применять в ходе тренировочных занятий. Оценивая проявление свойств нервной системы воспитанников на основании изучения их двигательных действий, поступков и поведения, тренеры получают возможность вносить изменения в педагогические воздействия на детей. Метод наблюдения необходимо использовать для оценки различных сторон деятельности воспитанников, их состояния и уровня подготовленности. Например, в ходе тренировочного занятия тренер даже по цвету лица, дыханию и движению того или иного подопечного может сделать вывод о степени утомления (табл.) и внести необходимые коррективы в содержание урока.

Объект наблюдения	Степень и признаки утомления		
	малая	средняя	Большая
Цвет кожи лица	Небольшое покраснение	Значительное покраснение	Резкое покраснение, побледнение или синюшность
Речь	Отчетлива	затрудненная	Крайне затрудненная или невозможная

Мимика	Обычная	Выражение лица напряженное	Выражение страдания на лице
Потливость	Небольшая	Выраженная верхней половиной тела	Резкая верхней половины тела и ниже пояса, выступание соли
Дыхание	Учащенное, ровное	Сильное учащенное	Сильно учащенное, поверхностное, с отдельными глубокими вдохами, сменяющимися беспорядочным дыханием
Движения	Бодрая походка	Неуверенный шаг, покачивание	Резкое покачивание, дрожание, вынужденная поза с опорой, падение
Самочувствие	Жалоб нет	Жалобы на усталость, больно в мышцах, сердцебиение, одышку, шум в ушах	Жалобы на головокружение, боль в правом подреберье, головная боль, тошнота, иногда икота, рвота.

2.5. Взаимодействие с семьями воспитанников

С целью оптимизации и повышения эффективности педагогического процесса целесообразным представляется взаимодействия педагога с родителями обучающихся детей. Используются следующие формы работы с родителями:

1. Беседы (индивидуальные и групповые) получение необходимой информации о ребенке, его семье; о существующих проблем ребенка о требованиях, предъявляемых к детям на занятиях; о технике выполнения детьми упражнений, количестве получаемой нагрузки.

2. Информационный чат в телеграм-канале, в которой выкладываются актуальные материалы (фото и видео) с занятий, а также консультации и рекомендации.

3. Открытые занятия – знакомство с достижениями воспитанниками за определенный период.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1. Правила поведения (техника безопасности) на занятиях

Настоящие правила являются обязательными при организации и проведении занятий по Программе.

Занятия проводится только в присутствии инструктора и под его руководством. В период проведения занятия инструктор несёт прямую ответственность за жизнь и здоровье воспитанников. Возможные причины травматизма на занятиях, имеющие внешний характер:

- Плохое техническое состояние оборудования и инвентаря.
- Неправильное построение занятий.
- Отсутствии или недостаточности разминки.
- Выполнение упражнений без предварительного инструктажа и подготовки.
- Несоответствие упражнения и фактической подготовленности воспитанника, его недисциплинированность, отсутствие организующего влияния инструктора.

Возможные причины травматизма на занятиях, имеющие внутренний характер:

- Недостаточное техническая, физическая и психологическая подготовленности воспитанника, не знание приемов страховки и самостраховки.
- Неудовлетворительное состояние здоровья воспитанников, не золоченые травмы перенапряжение, переутомления, перетренированность.

<u>Воспитанники обязаны:</u>

1. Входить и выходить из зала только с разрешения инструктора.
2. Внимательно слушать задания, указания инструктора и максимально точно выполнять их.
3. Начинать и заканчивать упражнения только по команде инструктора.
4. При выполнении упражнений соблюдать безопасную дистанцию друг от друга и от стен.
5. При выполнении подвижных упражнений двигаться только в одном направлении, после завершения упражнения сразу же отойти в сторону и вернуться на стартовую позицию не мешает другим воспитанникам.
6. Иметь опрятный внешний вид, коротко подстриженные ногти на руках и ногах. Руки, ноги и тела должны быть чистыми.
7. В случае недомогание или травмы прекратить выполнения упражнения и немедленно поставить в известность инструктора.

<u>Воспитанникам запрещается:</u>

1. Заходить в зал в уличной обуви и одежде.

2. Принимать пищу в зале.

3. Жевать жевательную резинку в зале.

4. Иметь на себе во время занятия кольца, часы, браслеты, цепочки, кулон, крестики, серёжки, клипсы, значки, заколки с острыми краями и т.п. Выполнять плохо освоенные упражнения без контроля и страховки со стороны инструктора или более опытного воспитанника.

5. Являться на занятия с инфекционными заболеваниями (ОРЗ, ОРВИ, грипп, заразная кожные заболевания и т.п.)

6. Проявлять агрессию и неуважение к другим воспитанникам и к инструктору.

Обязанности инструктора при проведении занятий:

1. В начале учебного года провести инструктаж по технике безопасности с воспитанниками.

2. Перед началом занятия произвести осмотр места проведения, убедиться в соответствие места проведения занятий санитарно-гигиеническим требованиям.

3. Убедиться в исправности спортивного оборудования и инвентаря, проверить надёжность закрепления шведской стенке. Проведение занятий с использованием неисправного оборудования и инвентаря запрещается.

4. Обучать воспитанников безопасным приемам выполнения физических упражнений и следить за соблюдением ими мер безопасности при этом строго придерживаться принципов доступности и последовательности обучения.

5. Объяснить правила и продемонстрировать приемы безопасного выполнения физического упражнения, способы страховки и самостраховки, обеспечить меры безопасности.

6. В процессе выполнения упражнений не оставлять воспитанников без личного контроля.

7. В случае травмы воспитанника оказать ему первую помощь, вызвать врача детского сада и поставить в известность администрации.

8. По результатам медицинских осмотров знать физическую подготовленность и функциональные возможности воспитанников необходимых случаях обеспечивать страховку, снижение объема и интенсивности выполнения упражнения, увеличение паузы для отдыха.

9. При жалобах воспитанника на недомогание плохое самочувствие немедленно вызвать врача. При появление у воспитанника признаков сильного утомление, ухудшение координации движений подстроить его от выполнения упражнений обеспечить достаточный отдых.

В ходе реализации программы инструктор:

- Знакомит родителей с особенностями физического и психического развития ребёнка, способами развития самостоятельности, навыков здорового образа жизни у меня оказывать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях.

- Способствует развитию партнёрской позиции родителей в общении с ребёнком, формированию положительной самооценки детей уверенности в себе познакомить родителей со способами физического развития и оздоровления ребёнка.
- Ориентирует родителей на развитие двигательной деятельности ребёнка, формирование логического мышления в ходе подвижных игр, общения с взрослыми и самостоятельной детской деятельности.
- Помогает родителям создавать условия для развития организованности, ответственности дошкольника за свое здоровье, умение взаимодействовать взрослыми и детьми.
- Знакомить родителей с особенностями физической подготовки ребёнка к школе, развивать у детей положительное отношение к будущей школьной жизни

3.2. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы не требуется дополнительного оборудования, кроме того, что предусмотрено – Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573) и «Примерного перечня игрового оборудования для учебно-материального обеспечения дошкольных образовательных учреждений». (Письмо Министерства образования и науки РФ от 17 ноября 2011 года № 03-877

Оборудование и спортивный инвентарь:

№	Наименование оборудования спортивного инвентаря	Единица измерения	Кол-во
1	Футбольные мячи 22 см	Штук	4
2	Мяч большой резиновый	Штук	34
3	Конус большой	Штук	10
4	Конус средний	Штук	4
5	Конус маленький	штук	15
6	Ворота пластиковые	Штук	2
7	Гимнастическая палка 0,5 м.	штук	30
8	Скамья гимнастическая	Штук	3
9	Гантели 250 грамм	штук	40
10	Набивной мяч	Штук	10

3.3. Планирование образовательной деятельности

Планирование образовательной деятельности представлено календарным учебным графиком, учебным планом, примерным расписанием.

Таблица – Календарный учебный график

Содержание	Группа 6-7 лет
Количество возрастных групп	2
Начало учебного года	18.09.2023
Окончание учебного года	31.05.2024
Праздничные дни	4.11.2023, 01.01-08.01.2024, 23-24.02.2024, 08.03.2024, 1,8-9.05.2024
Продолжительность учебного года всего	34 ч
1-е полугодие	16 ч
2-е полугодие	18 ч
Продолжительность учебной недели	5 дней
Всего в неделю	2
Продолжительность одного занятия (акад. часы)	0,5 (30 минут)
Кол-во часов в неделю (акад. Часы)	1 ак. час

В занятиях по футболу участвуют от 16 детей, занятие проводятся 2 раза в неделю. Дни занятий выбирают в зависимости от интенсивной нагрузки, в соответствии с расписанием основных занятий. Продолжительность занятий 30 минут. Гибкая форма организации занятий по футболу позволяет учитывать индивидуальные особенности детей, желание, состояние здоровья, уровень овладения навыками нахождение на определенном этапе реализации и другие возможные факторы.

Учебный план

№	Виды подготовки	Кол-во учебных часов
1	Теоретическая	2
2	ОФП (основная физическая подготовка)	7
3	СФП (специальная физическая подготовка)	5
4	Техническая	6
5	Тактическая	2
6	Игровая	5
7	Соревновательная	3
8	Восстановительные мероприятия	2
9	Контрольные испытания	2
	ИТОГО	34

<u>Расписание занятий:</u>

Понедельник 15.50-16.20

Среда 15.50-16.20

3.4. Перечень нормативных актов

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими документами:

- 1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
- 2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
- 3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- 4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);
- 5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- 6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- 7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);
- 8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196«;
- 9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- 10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- 11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими

рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».

- 12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);
- 13. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
- Устав МАДОУ – детского сада № 47

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

Программа дополнительного образования рассчитана для работы с детьми в возраст от 6 до 7 лет.

За последние годы резко ухудшилось состояние здоровья детей первых семи лет жизни. Увеличилось количество детей с несоответствием уровня физического развития биологическому росту. Растет число функциональных отклонений, возникающих с возрастом.

Здоровье детей зависит не только от их физических особенностей, но и от условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры населения.

Элементы спорта помогают значительно повысить функциональные возможности детского организма. Ведь двигательные навыки, сформированные у детей до 7 лет, составляют фундамент для их дальнейшего совершенствования в школе, облегчают овладение более сложными движениями, позволяют в дальнейшем достигать высоких результатов в спорте. Развитие общей выносливости и физических качеств, таких как ловкость, быстрота, координация движений, двигательная реакция, ориентация в пространстве, обучение двигательным умениям и навыкам будут способствовать укреплению здоровья детей старшего дошкольного возраста в целом. Занятие футболом способствует развитию ловкости, быстроты, координации движений, двигательной реакции, ориентации в пространстве. Игры с мячом развивают соответствующие навыки поведения в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, решительности, смелости. Дети учатся управлять своими движениями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях.

Опыт работы в школе мини-футбола показывает, что приходящие на первые занятия дети семилетнего возраста недостаточно развиты физически и

психологически, не адаптированы социально и имеют такие, например, отклонения в развитии организма, как лишний вес и плоскостопие.

Практика показывает, что планомерная работа, направленная на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей дошкольного возраста, приводит не только к улучшению состояния здоровья воспитанников, но и к повышению их самооценки, воспитанию уверенности в себе, расширяет кругозор.

Отличительной особенностью Программы от уже существующих в этой области является то, что она рассчитана именно на дошкольников.

Большинство программ по данному виду спорта разработаны только для детей школьного возраста.

Техническое и тактическое обучение следует рассматривать как длительный процесс, который при планировании разделяется по годам обучения. Главной целью планирования является создание предпосылок для начального обучения мини-футболу. В дальнейшем в обучении каждый год циклически повторяет предыдущий, но воспитанники должны выходить на качественно более высокий уровень умения управления мячом с повышением физических и двигательных возможностей, чтобы игра приносила радость и удовольствие.

Основные идеи – обучение элементарным навыкам игры в мини-футбол, формирование чувств мяча. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Подготовка воспитанников к поступлению в ДЮСШ по футболу и мини-футболу.

В рамках решения физкультурно-оздоровительных задач данная программа отличается большей ориентированностью на мини-футбол, овладение навыками этой игры, подводящими упражнениями.

Тренировочная форма проведения занятий является основной в процессе обучения. В Программе содержатся интересные для детей двигательные задания и подвижные игры, в которых реализуются все обще-дидактические принципы.