ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ–ПЕТЕРБУРГА
АДМИНИСТРАЦИЯ НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №1 комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Решением педагогического совета
ГБДОУ детского сада №1
комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
Заведующим ГБДОУ детского сада №1
комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга
Приказ № 155 от 31.08.2023 г.
_____ / Коданевой О.Г. /

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности **«Мини-футбол»**

Программа адресована детям 4-7 лет
Срок реализации программы 7 месяцев

Автор программы:
Ляпунов Максим Егорович
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка……...……...3

1.2. Цель и задачи ……..3

1.3. Планируемые результаты ……5

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Организационно-педагогические условия программы ……..5

2.2 Учебный план ……...6

2.3 Календарный учебный план …….....6

2.4 Календарно-тематический план ……..6

2.5. содержание образовательной программы ……7

2.6. Особенности реализации программы с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технолгий (на время пандемии и карантина) ……16

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1.Материально-техническое обеспечение программы ……..…...17

3.2 Методическое обеспечение……..…..17

1. Целевой раздел рабочей программы

1.1 Пояснительная записка

Мини - футбол как вид двигательной деятельности позволяет создать условия для нормального физиологического, психического и физического развития ребенка, а также формирования социально значимых личностных качеств детей старшего дошкольного возраста.

В проекте представлена работа по обучению воспитанников элементам спортивной игры в мини - футбол, а также особенности выполнения ударов по мячу и ведению мяча.

Одним из условий эффективного обучения является взаимодействие и сотрудничество инструктора по физической культуре и участниками инновационного проекта.

Адресат программы:

Данная дополнительная образовательная услуга адресована для детей 4-7 лет.

Наполняемость групп выдержана в пределах требований СанПиН и информационного письма Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей. Минобрнауки РФ от 19.10.2006 No 06-1616 «О методических рекомендациях» (Приложение 7 «Примерная наполняемость групп»): до 10-12 человек.

Актуальность программы:

Игра в мини-футбол в детском саду для детей старшего дошкольного возраста оказывает положительное влияние на физическое развитие и учет онтогенетических особенностей развития ребенка. Также на необходимость разработки образовательной программы в основе которых лежат закономерности игры в мини-футбол.

Эта игра сочетает ходьбу, бег, прыжки с одновременным использованием различных ударов, ведений, передач, бросков и ловли мяча.

Несмотря на педагогическую ценность элементов спортивных игр, в имеющихся программах для ДОУ по физическому воспитанию обучению элементам игры в мини - футбол не уделяется должного внимания.

Проблема заключается в быстро меняющихся игровых ситуациях, требующих от участников высокой координации движений, точности и быстроты их выполнения, что особенно важно для детей старшего дошкольного возраста, организм которых обладает большим потенциалом для формирования различных видов двигательных действий, характеризуется интенсивным развитием.

Одним из аспектов решения данной проблемы в дошкольном учреждении является внедрение проекта по обучению воспитанников старшего дошкольного возраста элементам игры в мини - футбол.

Основной идеей является то, что в проекте предусмотрена систематизация игр и формируется стойкий интерес к занятиям мини-футболом, что позволяет использовать этот вид деятельности не только как средство физического развития, но и как важный фактор воспитательного воздействия.

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.

Новизна программы:

Новизна и отличительные особенности программы Занятия мини-футбола формируют здоровьесберегающий подход в обучении, который, без потери качества образования, позволяет снимать утомляемость и перенапряжение обучающихся за счет переключения с одного вида деятельности на другой, развивает креативные качества у обучающихся и расширяет диапазон творчества педагогов.

Объем и срок освоения программы:

Срок освоения программы:

7 месяцев (октябрь 2023 - апрель 2024 года).

Занятия начинаются с 1 октября по 30 апреля.

Объём программы – 29 учебных недель (28 учебных часов).

Режим занятий

- периодичность и продолжительность занятий – 1 раз в неделю по 20 минут (средняя группа) 25 минут (старший дошкольный образ) и 30 минут (подготовительный к школе возраст) на одно занятие, ввиду того, что большую часть времени отводится на практическую часть занятия.

1.2. Цели и задачи программы:

Цель	- реализация содержания программы дополнительного дошкольного образования для детей 4-7 лет в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования.
Задачи	1. Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков. 2. Овладение воспитанниками спортивной техникой и тактикой футбола. 3. Воспитание высоких моральных и волевых качеств; развитие специальных физических качеств личности. 4. Приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля. 5. Формирование потребности ведения здорового образа жизни. 6. Проведение профориентации .

1.3. Планируемые результаты

Учащиеся прошедшие полный курс по данной программе получат сведения об игре в футбол, ее специфике и особенностях. По окончании обучения по программе учащиеся получат представления о футбольной технике и игре в целом во всех ее аспектах, смогут демонстрировать свои умения на поле, а также поймут, что игра в футбол это интеллектуальная игра, в которой необходимо мыслить.

Предметные результаты:

Знать об основных правилах игры в футбол;

Знать о способах движений и передвижений в футболе;

Уметь выполнять удары по воротам с обеих ног;

Уметь самостоятельно проводить разминку перед занятием;

Знать об особенностях физической подготовки (офп и спф);

Уметь останавливать мяч при передачах и ударах;

Выполнять жонглирование мячом;

Знать о правилах поведения на поле во время матча;

Иметь запас футбольных финтов и уметь с их помощью обыгрывать игроков;

Знать об особенностях футбольных покрытий.

Метапредметные результаты:

Иметь представления о различных футбольных чемпионатах;

Знать о нормах поведения во время матча и вне его;

Иметь навыки работы в команде – находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликтные ситуации;

Уметь оценивать уровень сложности упражнений в соответствии с возможностями своего организма.

Личностные результаты:

Самостоятельно развивать дисциплинированность, внимательность, а также трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Позитивно оценивать свои способности и навыки в футболе;

Быть ориентированным на творческий подход в решении различных задач;

Иметь навык сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками.

Выполнять различные игровые комбинации с мячом.

2.1. Организационно-педагогические условия реализации программы:

Данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на полную реализацию в течение одного года (7 месяцев). Программа ориентирована на обучение детей 4-7 лет. Объём программы - 28 часов. Режим занятий — 1 раз в неделю по 1 академическому часу, при наполняемости 10-12 человек в группе. Программа предусматривает ознакомительный уровень освоения учебного материала, минимальную сложность задач, поставленных перед обучающимися. На занятиях используются фронтальные и групповые формы организации деятельности обучающихся; словесные, наглядные, практические методы обучения. Основными формами обучения являются занятия и практические работы.

Язык реализации программы – русский. Форма обучения – очная. В обучении применяются деловые, спортивные игры, ориентированные на работу с проблемным материалом. Группы формируются по возрасту. В зависимости от интересов, обучающихся и их родителей, темы занятий программы могут меняться. Может меняться и последовательность прохождения модулей программы. Резервное время можно использовать для индивидуальной работы с отстающими и одаренными детьми, на изучение возникшей увлекательной темы.

2.2. Учебный план 2023-2024 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Режим занятий

1 год	01.10	30.04	28	28	4-5 лет (20 минут) 5-6 лет (25 минут) 6-7 лет (30 минут) 1 раз в неделю во второй половине дня

2.3. Календарный учебный график

Возраст	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Режим занятий
4 -5 лет	01.10.2023	30.04.2023	28	1 раз в неделю во вторую половину дня 20 минут
5 -6 лет	01.10.2023	30.04.2023	28	1 раз в неделю во вторую половину дня 25 минут
6-7 лет	01.10.2023	30.04.2023	28	1 раз в неделю во вторую половину дня 30 минут

2.4. Календарно — тематический план

Наименование занятия		Кол-ство	Дата занятий

Средний возраст	Старший возраст	Подготовительный возраст	часов	
Теоретические сведения 1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол	*Теоретические сведения* 1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол	*Теоретические сведения* 1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол	1	Подгот. и старшая группы 05.10.23 Средняя 06.10.23
2.Правила безопасности при занятиях футболом	2.Правила безопасности при занятиях футболом	2.Правила безопасности при занятиях футболом	1	Подгот. и старшая группы 12.10.23 Средняя группа 14.10.23
3. Правила поведения на занятиях футболом	3. Правила поведения на занятиях футболом	3. Правила поведения на занятиях футболом	1	Подгот. и старшая группы 19.10.23 Средняя группа 20.10.23
Общая физическая подготовка 4.Техникапередвижения,основные виды движений	*Общая физическая подготовка* 4.Техникапередвижения,основные виды движений	*Общая физическая подготовка* 4.Техникапередвижения,основные виды движений	1	Подгот. и старшая группы 26.10.23 Средняя группа 27.10.23
5. Развитие	5. Развитие	5. Развитие	1	Подгот.

координационных способностей (возраст 4-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)	координационных способностей (возраст 4-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)	координационных способностей (возраст 4-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)		и старшая группы 02.11.23 Средняя группа 03.11.23
6.Развитие гибкости	6.Развитие гибкости	6.Развитие гибкости	1	Подгот. и старшая группы 09.11.23 Средняя группа 10.11.23
7. Развитие силовых способностей	7. Развитие силовых способностей	7. Развитие силовых способностей	1	Подгот. и старшая группы 16.11.23 Средняя группа 17.11.23
8. Развитие скоростных способностей	8. Развитие скоростных способностей	8. Развитие скоростных способностей	1	Подгот. и старшая группы 23.11.23 Средняя группа 24.11.23
9.Развитие скоростно-силовых способностей	9.Развитие скоростно-силовых способностей	9.Развитие скоростно-силовых способностей	1	Подгот. и старшая группы

				13.11.23 Средняя группа 01.12.23
10. Развитие выносливости	10. Развитие выносливости	10. Развитие выносливости	1	Подгот. и старшая группы 07.12.23 Средняя группа 8.12.23
Специальная физическая подготовка 11.Развитие координационных способностей, точности движений	***Специальная физическая подготовка*** 11.Развитие координационных способностей, точности движений.	***Специальная физическая подготовка*** 11.Развитие координационных способностей, точности движений	1	Подгот. и старшая группы 14.12.23 Средняя группа 15.12.23
12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	1	Подгот. и старшая группы 21.12.23 Средняя группа 22.12.23
13. Жонглирование	13. Жонглирование	13. Жонглирование	1	Подгот. и старшая группы 28.12.23 Средняя

				группа 29.12.23
14. Танцы с мячом	14. Танцы с мячом	14. Танцы с мячом	1	Подгот. и старшая группы 11.01.24 Средняя группа 12.01.24
Техническая подготовка 15. Ведение мяча	***Техническая подготовка*** 15. Ведение мяча	***Техническая подготовка*** 15. Ведение мяча	1	Подгот. и старшая группы 18.01.24 Средняя группа 19.01.24
16. Остановка мяча	16. Остановка мяча	16. Остановка мяча	1	Подгот. и старшая группы 25.01.24 Средняя группа 26.01.24
17. Прием мяча	17. Прием мяча	17. Прием мяча	1	Подгот. и старшая группы 01.02.24 Средняя группа 02.02.24

18. Отбор мяча	18. Отбор мяча	18. Отбор мяча	1	Подгот. И старшая группы 08.02.24 Средняя группа 09.02.24
19.Удары по мячу	19. Удары по мячу	19.Удары по мячу	1	Подгот. и старшая группы 15.02.24 Средняя группа 16.02.24
20. Ведение мяча	20. Ведение мяча	20. Ведение мяча	1	Подгот. и старшая группы 22.02.24 Средняя группа 01.03.24
21.Координационная лестница	21.Координационная лестница	21.Координационная лестница	1	Подгот. и старшая группы 07.03.24
22. Прыжок в длину с места (см).	22. Прыжок в длину с места (см).	22. Прыжок в длину с места (см).	1	Подгот. и старшая группы 14.03.24 Средняя группа

				15.03.24
23. Гибкость (см)	23. Гибкость (см)	23. Гибкость (см)	1	Подгот. и старшая группы 21.03.24 Средняя группа 22.03.24
Техническая подготовленность: 24. Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	***Техническая подготовленность:*** 24. Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	***Техническая подготовленность*** 24. Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	1	Подгот. и старшая группы 28.03.24 Средняя группа 29.03.24
25. Удары по мячу головой	25. Удары по мячу головой	25. Удары по мячу головой	1	Подгот. и старшая группы 04.04.24 Средняя группа 05.04.24
26.Обманные движения (финты).	Обманные движения (финты).	Обманные движения (финты).	1	Подгот. и старшая группы 11.04.24 Средняя группа

				12.04.24
27.Отбивание мяча бедром	27.Отбивание мяча бедром	27.Отбивание мяча бедром	1	Подгот. и старшая группы 18.04.24 Средняя группа 19.04.24
28. Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	28.Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	28.Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	1	Подгот. и старшая группы 25.04.24 Средняя группа 26.04.24

2.5. Содержание образовательной программы.

Средний возраст

Тема	Задачи	Коли-чество часов	Оборудование и материалы
1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в	Спортивный инвентарь и его характеристика при занятиях футболом (мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палки, разметочные фишки и др.) Самостоятельные занятия под наблюдением родителей. Терминологи футбола, название	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

футбол	отдельных амплуа игроков, мест на поле, основные правила игры (площадка, ворота, мяч, ведение мяча, передача мяча, отбор мяча, удары по мячу).		
2.Правила безопасности при занятиях футболом	Личная и общественная гигиена. Правила техники безопасности на занятиях футболом. Спортивные травмы способы их предупреждения.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
3.Правила поведения на занятиях футболом	Спортивные традиции. Начальное формирование основных волевых качеств (смелость, решительность, самостоятельность и др.) Спортивный этикет (формирование Уважительного отношения ко всем участникам тренировочного процесса)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
4.Техника передвижения основные виды движений	Ходьба, бег, лазание и ползание, катание, бросание, ловля, метание, прыжки, строевые упражнения. Обучение бегу лицом вперед, бегу спиной вперед, бегу приставным шагом, прыжкам толчком одной и двумя ногами, повороты на месте и в движении, остановка, бег с ускорением. Подвижные игры («салки», «снежинки», «космонавты», «сороконожка» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
5. Развитие координационных	Общеразвивающие упражнения с предметами и без них. Упражнения в равновесии.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические

способностей (возраст 3-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)	Упражнения с мячами разного размера. Бег с изменением направления, с		палочки, разметочные фишки и др.
6. Развитие гибкости	Пружинящие наклоны, махи руками и ногами с постепенным увеличением амплитуды движения. ОРУ с предметами, без предметов, с мячами. Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и др. («колечки», «передача мячей в колоннах», «эстафета с лазанием и перелазанием», «построить мост» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
7. Развитие силовых способностей	Упражнения для развития мышц верхнего плечевого пояса, спины и брюшного пресса. Упражнения на отдельные группы мышц с собственной массой тела в игровой форме. Подвижные игры («перетягивание в парах», «тяни в круг», «сорви дыню», «кто дальше бросит», «метко в цель» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
8. Развитие скоростных способност	Эстафеты. Игровые упражнения на развитие простых и сложных психомоторных	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки,

ей	реакций. Быстроту одиночного движения. Подвижные игры («маскировка в колоннах», «птица без гнезда», «салки», «рыбачок», «к своим флажкам», «бери и убегай» и др.)		разметочные фишки и др.
9.Развитие скоростно-силовых способностей	Прыжки. Метание предметов. Подвижные игры («зайцы в огороде», «прыгающие воробушки», «цапля», «через кочки и пенечки», «волк во рву», «удочка», «скакуны» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
10. Развитие выносливости	Бег на время, например, 1-2 минуты. Подвижные игры с кратковременными повторяющимися действиями; игры с бегом; игры с прыжками («догони тренера», «гонки с выбыванием», «перемена мест»).	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
11. Развитие координационных способностей, точности движений	Выполнение упражнений с помощью различного инвентаря (координационная лестница и т.д.). Удары по мячу на точность. Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола, например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	Подвижные игры («домики», «кошки- мышки», «прогулка», «звоночек», «змейки», «птица без гнезда» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
13.Жонглирование	Подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
14. Танцы с мячом	Работа с голеностопом, различные упражнения: перекатывание мяча с пятки на носок, с внешней стороны стопы на внутреннюю сторону стопы, упражнения выполняемые рядом с мячом, через мяч, около мяча, касаясь мяча разными частями ноги и др. (например, такие упражнения как: перешагивание мяча вперед - назад, влево - вправо, касаясь мяча различными частями тела - носком, пяткой, коленом и т. д.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
15. Ведение мяча	Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка. Ведение мяча по прямой с максимальной скоростью. Ведение мяча со сменой направления. Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой».	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

	Ведение мяча подошвой. Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.		
16. Остановка мяча	Остановка мяча различными частями тела по сигналу тренера. Удержание мяча стопой. Подвижные игры («замри», «повтори за тренером» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
17. Прием мяча	Прием мяча, катящегося и прыгающего, подошвой и внутренней стороной стопы.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
18. Отбор мяча	Отбор мяча у соперников (в парах, в группах). Подвижныеигры («нападающие изащитники», «властелин кольца» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
19. Удары по мячу	Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу. Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера. Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
20.Ведение мяча	Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка. Ведение мяча по прямой с	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки,

	максимальной скоростью. Ведение мяча со сменой направления. Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой». Ведение мяча подошвой. Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.		разметочные фишки и др.
21.Координационная лестница	Преодолеть координационную лестницу за наименьшее количество времени, выполняется по сигналу тренера, время засекается с того момента как ребенок начал выполнять, на палочки и веревочки наступать нельзя. Как только лестница пройдена секундомер останавливается.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
22.Прыжок в длину с места (см)	1.Развивать мелкую моторику. 2.Совершенствовать эстетическое восприятие природных явлений. 3.Способствовать навыкам добиваться четкого и аккуратного изображения.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
23.Гибкость (см)	И.п. сидя на полу, наклон к носкам, колени прямые. Зафиксировать положение на 5 секунд.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
24.Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	Удар ногой по неподвижному мячу с расстояние двух метров в ворота шириной 60-65 см.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки,

			разметочные фишки и др.
25. Удары по мячу головой	Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу. Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера. Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
26. Обманные движения (финты).	Отбор мяча у соперников (в парах, в группах). Подвижные игры («нападающие и защитники», «властелин кольца» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
27.Отбивание мяча бедром	Поочередное подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
28.Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	Удары по мячу на точность. Отбивания мяча разными способами. Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола, например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.		Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

Старший дошкольный возраст

Тема	Задачи	Коли-чество часов	Оборудование и материалы
1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол	Спортивный инвентарь и его характеристика при занятиях футболом (мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палки, разметочные фишки и др.) Самостоятельные занятия под наблюдением родителей. Терминологи футбола, название отдельных амплуа игроков, мест на поле, основные правила игры (площадка, ворота, мяч, ведение мяча, передача мяча, отбор мяча, удары по мячу).	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
2.Правила безопасности при занятиях футболом	Личная и общественная гигиена. Правила техники безопасности на занятиях футболом. Спортивные травмы способы их предупреждения.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
3.Правила поведения на занятиях футболом	Спортивные традиции. Начальное формирование основных волевых качеств (смелость, решительность, самостоятельность и др.) Спортивный этикет (формирование Уважительного отношения ко всем участникам тренировочного процесса)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
4.Техника передвиже	Ходьба, бег, лазание и ползание, катание, бросание, ловля, метание,	1	Мячи, ворота, конусы, обручи,

ня основные виды движений	прыжки, строевые упражнения. Обучение бегу лицом вперед, бегу спиной вперед, бегу приставным шагом, прыжкам толчком одной и двумя ногами, повороты на месте и в движении, остановка, бег с ускорением. Подвижные игры («салки», «снежинки», «космонавты», «сороконожка» и др.)		гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
5. Развитие координационных способностей (возраст 3-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)	Общеразвивающие упражнения с предметами и без них. Упражнения в равновесии. Упражнения с мячами разного размера. Бег с изменением направления, с	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
6. Развитие гибкости	Пружинящие наклоны, махи руками и ногами с постепенным увеличением амплитуды движения. ОРУ с предметами, без предметов, с мячами. Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и др. («колечки», «передача мячей в колоннах», «эстафета с лазанием и перелазанием», «построить мост» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

7. Развитие силовых способностей	Упражнения для развития мышц верхнего плечевого пояса, спины и брюшного пресса. Упражнения на отдельные группы мышц с собственной массой тела в игровой форме. Подвижные игры («перетягивание в парах», «тяни в круг», «сорви дыню», «кто дальше бросит», «метко в цель» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
8. Развитие скоростных способностей	Эстафеты. Игровые упражнения на развитие простых и сложных психомоторных реакций. Быстроту одиночного движения. Подвижные игры («маскировка в колоннах», «птица без гнезда», «салки», «рыбачок», «к своим флажкам», «бери и убегай» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
9.Развитие скоростно-силовых способностей	Прыжки. Метание предметов. Подвижные игры («зайцы в огороде», «прыгающие воробушки», «цапля», «через кочки и пенечки», «волк во рву», «удочка», «скакуны» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
10. Развитие выносливости	Бег на время, например, 1-2 минуты. Подвижные игры с кратковременными повторяющимися действиями; игры с бегом; игры с прыжками («догони тренера», «гонки с выбыванием», «перемена мест»).	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

11. Развитие координационных способностей, точности движений	Выполнение упражнений с помощью различного инвентаря (координационная лестница и т.д.). Удары по мячу на точность. Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола, например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	Подвижные игры («домики», «кошки- мышки», «прогулка», «звоночек», «змейки», «птица без гнезда» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
13.Жонглирование	Подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
14. Танцы с мячом	Работа с голеностопом, различные упражнения: перекатывание мяча с пятки на носок, с внешней стороны стопы на внутреннюю сторону стопы, упражнения выполняемые рядом с мячом, через мяч, около мяча, касаясь мяча разными частями ноги и др. (например, такие упражнения как: перешагивание	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

	мяча вперед - назад, влево - вправо, касаясь мяча различными частями тела - носком, пяткой, коленом и т. д.)		
15. Ведение мяча	Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка. Ведение мяча по прямой с максимальной скоростью. Ведение мяча со сменой направления. Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой». Ведение мяча подошвой. Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
16. Остановка мяча	Остановка мяча различными частями тела по сигналу тренера. Удержание мяча стопой. Подвижные игры («замри», «повтори за тренером» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
17. Прием мяча	Прием мяча, катящегося и прыгающего, подошвой и внутренней стороной стопы.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
18. Отбор мяча	Отбор мяча у соперников (в парах, в группах). Подвижныеигры («нападающие и защитники», «властелин кольца» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

19. Удары по мячу	Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу. Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера. Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
20.Ведение мяча	Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка. Ведение мяча по прямой с максимальной скоростью. Ведение мяча со сменой направления. Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой». Ведение мяча подошвой. Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
21.Координационная лестница	Преодолеть координационную лестницу за наименьшее количество времени, выполняется по сигналу тренера, время засекается с того момента как ребенок начал выполнять, на палочки и веревочки наступать нельзя. Как только лестница пройдена секундомер останавливается.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
22. Прыжок в длину с места (см)	1.Развивать мелкую моторику. 2.Совершенствовать эстетическое восприятие природных явлений. 3.Способствовать навыкам добиваться четкого и аккуратного	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные

	изображения.		фишки и др.
23.Гибкость (см)	И.п. сидя на полу, наклон к носкам, колени прямые. Зафиксировать положение на 5 секунд.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
24. Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	Удар ногой по неподвижному мячу с расстояние двух метров в ворота шириной 60-65 см.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
25. Удары по мячу головой	Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу. Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера. Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
26. Обманные движения (финты).	Отбор мяча у соперников (в парах, в группах). Подвижные игры («нападающие и защитники», «властелин кольца» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
27.Отбивание мяча бедром	Поочередное подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

28.Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	Удары по мячу на точность. Отбивания мяча разными способами. Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола, например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.		Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

Подготовительный к школе возраст.

Тема	Задачи	Коли-чество часов	Оборудование и материалы
1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол	Спортивный инвентарь и его характеристика при занятиях футболом (мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палки, разметочные фишки и др.) Самостоятельные занятия под наблюдением родителей. Терминологи футбола, название отдельных амплуа игроков, мест на поле, основные правила игры (площадка, ворота, мяч, ведение мяча, передача мяча, отбор мяча, удары по мячу).	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
2.Правила безопасности при занятиях	Личная и общественная гигиена. Правила техники безопасности на занятиях футболом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки,

футболом	Спортивные травмы способы их предупреждения.		разметочные фишки и др.
3.Правила поведения на занятиях футболом	Спортивные традиции. Начальное формирование основных волевых качеств (смелость, решительность, самостоятельность и др.) Спортивный этикет (формирование Уважительного отношения ко всем участникам тренировочного процесса)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
4.Техника передвиже ня основные виды движений	Ходьба, бег, лазание и ползание, катание, бросание, ловля, метание, прыжки, строевые упражнения. Обучение бегу лицом вперед, бегу спиной вперед, бегу приставным шагом, прыжкам толчком одной и двумя ногами, повороты на месте и в движении, остановка, бег с ускорением. Подвижные игры («салки», «снежинки», «космонавты», «сороконожка» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
5. Развитие координаци онных способност ей (возраст 3-7 лет является сенситивны м для развития данных способност ей)	Общеразвивающие упражнения с предметами и без них. Упражнения в равновесии. Упражнения с мячами разного размера. Бег с изменением направления, с	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

6. Развитие гибкости	Пружинящие наклоны, махи руками и ногами с постепенным увеличением амплитуды движения. ОРУ с предметами, без предметов, с мячами. Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и др. («колечки», «передача мячей в колоннах», «эстафета с лазанием и перелазанием», «построить мост» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
7. Развитие силовых способностей	Упражнения для развития мышц верхнего плечевого пояса, спины и брюшного пресса. Упражнения на отдельные группы мышц с собственной массой тела в игровой форме. Подвижные игры («перетягивание в парах», «тяни в круг», «сорви дыню», «кто дальше бросит», «метко в цель» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
8. Развитие скоростных способностей	Эстафеты. Игровые упражнения на развитие простых и сложных психомоторных реакций. Быстроту одиночного движения. Подвижные игры («маскировка в колоннах», «птица без гнезда», «салки», «рыбачок», «к своим флажкам», «бери и убегай» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
9.Развитие скоростно-силовых	Прыжки. Метание предметов. Подвижные игры («зайцы в огороде», «прыгающие	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические

способностей	воробушки», «цапля», «через кочки и пенечки», «волк во рву», «удочка», «скакуны» и др.)		палочки, разметочные фишки и др.
10. Развитие выносливости	Бег на время, например, 1-2 минуты. Подвижные игры с кратковременными повторяющимися действиями; игры с бегом; игры с прыжками («догони тренера», «гонки с выбыванием», «перемена мест»).	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
11. Развитие координационных способностей, точности движений	Выполнение упражнений с помощью различного инвентаря (координационная лестница и т.д.). Удары по мячу на точность. Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола, например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	Подвижные игры («домики», «кошки- мышки», «прогулка», «звоночек», «змейки», «птица без гнезда» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
13.Жонглирование	Подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические

			палочки, разметочные фишки и др.
14. Танцы с мячом	Работа с голеностопом, различные упражнения: перекатывание мяча с пятки на носок, с внешней стороны стопы на внутреннюю сторону стопы, упражнения выполняемые рядом с мячом, через мяч, около мяча, касаясь мяча разными частями ноги и др. (например, такие упражнения как: перешагивание мяча вперед - назад, влево - вправо, касаясь мяча различными частями тела - носком, пяткой, коленом и т. д.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
15. Ведение мяча	Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка. Ведение мяча по прямой с максимальной скоростью. Ведение мяча со сменой направления. Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой». Ведение мяча подошвой. Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
16. Остановка мяча	Остановка мяча различными частями тела по сигналу тренера. Удержание мяча стопой. Подвижные игры («замри», «повтори за тренером» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

17. Прием мяча	Прием мяча, катящегося и прыгающего, подошвой и внутренней стороной стопы.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
18. Отбор мяча	Отбор мяча у соперников (в парах, в группах). Подвижныеигры («нападающие изащитники», «властелин кольца» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
19. Удары по мячу	Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу. Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера. Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
20.Ведение мяча	Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка. Ведение мяча по прямой с максимальной скоростью. Ведение мяча со сменой направления. Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой». Ведение мяча подошвой. Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
21.Координ	Преодолеть координационную	1	Мячи, ворота,

ационная лестница	лестницу за наименьшее количество времени, выполняется по сигналу тренера, время засекается с того момента как ребенок начал выполнять, на палочки и веревочки наступать нельзя. Как только лестница пройдена секундомер останавливается.		конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
22.Прыжок в длину с места (см)	1.Развивать мелкую моторику. 2.Совершенствовать эстетическое восприятие природных явлений. 3.Способствовать навыкам добиваться четкого и аккуратного изображения.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
23.Гибкость (см)	И.п. сидя на полу, наклон к носкам, колени прямые. Зафиксировать положение на 5 секунд.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
24.Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	Удар ногой по неподвижному мячу с расстояние двух метров в ворота шириной 60-65 см.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
25. Удары по мячу головой	Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу. Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера. Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

	др.		
26. Обманные движения (финты).	Отбор мяча у соперников (в парах, в группах). Подвижныеигры («нападающие и защитники», «властелин кольца» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
27.Отбивание мяча бедром	Поочередное подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
28.Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	Удары по мячу на точность. Отбивания мяча разными способами. Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола, например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.		Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

2.6. Особенности реализации программы с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (на время пандемии и карантина).

Направление	Содержание деятельности
Организационно-методическое направление	1.Формирование материально-технической базы, разработка учебно-методического, диагностического, наглядного материала и заданий для дистанционного обучения. Разработка информационной образовательной среды.

	2. Создание аудио и видео коллекций, презентаций для работы по развитию речи, рисованию, аппликации, лепке, познавательному развитию на дистанционном обучении.
	3. Систематизация созданных электронных заданий и материалов по направлениям работы и темам недели.
	4.Разработка индивидуального маршрута и плана занятий для работы на дистанционном обучении.
	5.Разработка заданий различных форм и содержания для самостоятельного выполнения детьми на дистанционном обучении.
Индивидуальная работа	1.Проведение индивидуальных развивающих занятий согласно графику работы и расписанию занятий с использованием видеоконференций при помощи программ Skype, Zoom, WhatsApp и других цифровых площадок.
	2.Проведение подгрупповых развивающих занятий согласно графику работы и расписанию занятий с использованием видеоконференций при помощи программ Skype, Zoom, WhatsApp и других цифровых площадок.
	3. Организация самостоятельной деятельности детей на дому посредством разработанных заданий и материалов, отправленных через e-mail, Skype, WhatsApp, Zoom, ВКонтакте и другие цифровые площадки, а также в онлайн режиме (воспитатель делает закладку страницы с игрой, видеороликом или другой информацией)

3. Организационный раздел.
3.1. .Материально-техническое обеспечение.

Для реализации дополнительной образовательной услуги необходимы:
- свисток;
- секундомер;
- мячи футбольные;
- ворота;
- разметочные фишки;
- гимнастические палочки;
- обручи;
- конусы.

3.2.Методическое обеспечение

1. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства/ Х. Вайн. Москва: Терра-спорт, Олимпия Пресс,2004. - 244с.
2. Варюшин, В. В. Первые шаги в футболе: методическое пособие/ В. В. Варюшин, Р. Ю. Лопачев. Москва: Рос.футбольный союз, 2014. - 120с.
3. Варюшин, В. В. Тренировка юных футболистов: учеб. пособие / В. В. Варюшин. - Москва: Физическая культура, 2007. - 112с.
4. Завьялова, Т. П. Научно-исследовательская работа педагога по физической культуре: учебно-методическое пособие для студентов, магистрантов, педагогов образовательных учреждений и системы дополнительного образования / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева; Тюм. гос. ун-т, Ин-т физ. культуры. - Тюмень: Изд-во ТюмГУ, 2014. - 100 с.
5. Завьялова, Т. П. Футбол без границ: программно-методический комплекс для работы с дошкольниками 3-6 лет /Т.П. Завьялова, И.В. Стародубцева; Ин-т физ. культуры ТюмГУ, ООО «Футбол без границ». - Тюмень: Вектор Бук, 2016. - 142 с.
6. Лапшин, О. Б. Теория и методика подготовки юных футболистов: методическое пособие/ О. Б. Лапшин. - Москва: Человек, 2014. - 176 с.
7. Лапшин, О. Б. Учим играть в футбол: планы уроков/ О. Б. Лапшин. - Москва: Человек, 2015. - 256 с.
8. Лучшие подвижные и логические игры для малышей от 3 до 6 лет / под ред. Е.А. Бойко. - Москва: Рипол Классик, 2008. - 256 с.
9. Лях, В. И. Координационные способности: диагностика и развитие / В. И. Лях. - Москва: Дивизион, 2006. - 290 с.
10. Подвижные игры: учебное пособие / В.Ф. Мишенькина [и др.]. - Омск: Издательство СибГУФК, 2004. - 92 с.
11. Семянникова, В.В. Организационно-методические основы подвижных игр: учебное пособие / В.В. Семянникова. - Елец: Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, 2011. - 96 с.
12. Соколова, Л. А. Физическое воспитание детей 3-4 лет / Л. А. Соколова. - Санкт-Петербург: Каро, 2012. - 152 с.
13. Солодков, А. С. Физиология человека: Общая. Спортивная. Возрастная: учебник / А. С. Солодков, Е. Б.Сологуб. - Москва: Спорт, 2015. - 620 с.
14. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет / авт.-сост. Е. И. Подольская. - Волгоград: Учитель, 2011. - 183 с.
15. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития детей дошкольного возраста: [учебник для студентов вузов] / Э. Я. Степаненкова. - Москва: Академия, 2014. - 368 с.
16. Степаненкова, Э.Я. Методика проведения подвижных игр: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Э.Я. Степаненкова. - Москва: МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2009. - 60 с.