

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА "ГОРОД КАЛИНИНГРАД"
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА ДЕТСКИЙ САД № 119

Рассмотрена и принята на заседании
педагогического совета протокол № 5
от «25» мая 2022г.

Утверждаю
Заведующий МАДОУ д/с
119
Л.М. Ленковец
Приказ №316-о от 08.06.2022 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбольная команда»**

Возраст обучающихся: 6-7 лет
Срок реализации: 10 месяцев

Авторы-составители:
Бочков А.Ю.,
педагог дополнительного образования

г. Калининград, 2022 год

Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбольная команда» имеет физкультурно-спортивную направленность. Программа разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МАДОУ д/с № 119. Программа разработана на основании программы интегративного курса физического воспитания для дошкольников на основе футбола под общей редакцией Федченко Н.С., которая расширяет возможности физического развития двигательных способностей детей на основе спортивной игры – футбол.

Актуальность программы

В настоящее время в нашей стране охват детей дошкольного возраста занятиями футболом незначителен. Футбол как специфический вид двигательной деятельности позволяет создать условия для нормального физиологического, психического и физического развития ребенка, а также формирования социально значимых личностных качеств. Эта игра сочетает ходьбу, бег, прыжки с одновременным использованием различных ударов, ведений, передач мяча, бросков, ловли и т.д. Занятие футболом способствуют 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.

Содержание программы направлено на формирование у детей основ здорового образа жизни, активное вовлечение в регулярные занятия спортом и самостоятельную организацию своего досуга.

Отличительные особенности программы

Программа «Футбольная команда» расширяет возможности физического развития двигательных способностей детей на основе спортивной игры – футбол, построена по принципу изучения, углубления и повторения объема знаний, умений и навыков.

Отличительная особенность обучения игре в футбол - это ее эмоциональная направленность, позволяющая поддерживать у детей интерес к физической культуре, мотивировать ребенка к здоровому образу жизни.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 6 - 7 лет, посещающих МАДОУ д/с № 119.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 10 месяцев.

На полное освоение программы требуется 72 часов.

Формы обучения

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей, посещающих МАДОУ д/с № 119, - свободный. Программа предусматривает подгрупповые формы работы с детьми.

Состав группы – 5-20 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах - 30 минут.

Недельная нагрузка на группу – 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Педагогическая целесообразность

В ходе реализации Программы дети получают психофизическую подготовку. Занятия способствуют укреплению здоровья занимающихся, повышению уровня жизнедеятельности, сопротивляемости организма действию неблагоприятных факторов окружающей среды, всестороннему развитию двигательных качеств (сила, гибкость, выносливость, скорость, координация движений).

Кроме того, в 6-7 лет старшие дошкольники способны осознанно совершать отдельные движения разными частями тела, тренируя ритмику, ловкость и выносливость. Многие из них с удовольствием соревнуются в умениях со сверстниками, развивая дух соперничества. Активное развитие показателей силы и выносливости позволяет постепенно повышать уровень физической подготовки. Дети способны выдерживать определенные физические нагрузки, соблюдать правила игр, быть частью команды.

Практическая значимость

Игра футбол развивает ловкость, ритмичность, координацию и точность движений. Разнообразие движений и их вариантов дает возможность развивать и совершенствовать быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость. Наряду с физическим развитием детей решаются задачи нравственного, умственного и эстетического воспитания. Во время игры в футбол тренер активно формирует у них нравственно - волевые качества: целеустремленность, настойчивость, выдержку, смелость.

Цель: содействие гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья обучающихся.

Задачи:

- Ознакомить с основными знаниями по теории техники безопасности;
- Формировать культуру движений, обогащение двигательного опыта через многообразные действия с мячом;
- Ознакомить о истории футбола, роли в формировании здорового образа жизни;
- Обучить правильной технике выполнения элементов спортивной игры футбол (удар, передача, ведение);
- Развивать основные физические качества, как ловкость, координацию, выносливость;
- Развивать скоростные и скоростно - силовые способности;
- Развивать у детей мотивацию к систематическим занятиям спортом;
- Воспитывать морально - волевые качества;
- Воспитывать устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом;
- Повышать уровень физической подготовленности и спортивные результаты детей с учетом индивидуальных особенностей и требований настоящей программы;
- Формировать навык здорового образа жизни.

Принципы отбора содержания

Программа строится на основе следующих педагогических принципов:

- доступность (учет индивидуальных особенностей и возможностей детей) и наглядность;
- системность знаний;
- вариативность содержания и форм проведения занятий;
- увлеченность и занимательность (игровой характер учебной деятельности);
- тесный контакт с родителями.

Основные формы и методы

Основная форма проведения занятий – совместная, познавательная деятельность педагога и детей.

В занятия включены обучение конкретным элементам ката или комбинациям, подвижные игры.

Для решения поставленных задач используются в работе следующие *методы и приёмы*:

- наглядные – показ педагога определенных элементов ката;
- игровые и практические (введение игрового персонажа, подвижные игры, занимательные упражнения, игры на развитие внимания, памяти);
- словесные – рассказы педагога о истории возникновения боевых искусств.

Планируемые результаты

В результате освоения программы дети будут знать:

- о правилах поведения и техники безопасности на занятиях;
- об основных правилах игры футбол;

- о влиянии физических упражнений на организм.
- В результате освоения программы дети будут уметь:
- свободно ориентироваться в пространстве;
 - выполнять различные действия с мячом: бросать и ловить, катать и выполнять удары по мячу;
 - взаимодействовать друг с другом во время игры;
 - выполнять основные приемы техники спортивной игры – футбол.

Механизм оценивания образовательных результатов

Способом оценивания образовательных результатов по Программе является проведение мониторинга освоения детьми содержания дополнительной общеразвивающей программы с помощью выполнения практических игровых заданий.

Формы подведения итогов реализации программы:

- открытые мероприятия для родителей 2 раза в год.

Учебный план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
Раздел I. Вводное занятие «Добро пожаловать»				
1.1.	«Добро пожаловать в футбол»	1	1	
Раздел II. «Физическая подготовка»				
2.1.	Общая физическая подготовка	10		10
2.2.	Специальная физическая подготовка	10		10
Раздел III. «Техническая и тактическая подготовка»				
3.1.	Техника игры без мяча	6		6
3.2.	Техника игры с мячом	12		12
3.3.	Тактика атаки.	14		14
3.4.	Тактика обороны.	14		14
Раздел IV. «Контрольные игры»				
4.1	Сдача нормативов	3		3
4.2	Двусторонняя игра в футбол	2		2
Итого		72	1	71

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

10 месяцев обучения (72 часов, 2 часа в неделю)

№ п/п	Наименование темы	Количество часов
Раздел I. Вводное занятие «Добро пожаловать»		
1.1.	История возникновения игры – футбол. Знакомство с инвентарем и формой футболиста. Техника безопасности, поведение на занятиях	1
Раздел II. «Физическая подготовка»		
2.1.	Общая физическая подготовка	10
	Изучение общеразвивающих упражнений без предметов	2
	Изучение общеразвивающих упражнений с предметами	2
	Бег обычный, в разных направлениях, с различными заданиями	2

	Прыжки на месте, через набивные мячи, влево, вправо	2
	Подвижные игры	2
2.2.	Специальная физическая подготовка	10
	Изучение специальных беговых упражнений	4
	Упражнения с использованием барьеров разной высоты	3
	Упражнения на координационной лестнице	3
Раздел III. «Техническая и тактическая подготовка»		
3.1	Техника игры без мяча	6
	Бег (ускорения, рывки, бег спиной вперед, бег приставными шагами). Эстафеты	2
	Ходьба, быстрая ходьба, прыжки (вперед, вверх, в сторону), подвижная игра «Ловишка»	2
	повороты (на месте, в движении), варианты защитной стойки.	2
3.2.	Техника игры с мячом	12
	Ведение мяча, ведения мяча с заданием	3
	Прием и остановка мяча (подошвой, внутренней стороной стопы)	3
	Передача мяча партнеру по линии, в движении по залу	3
	Удары по мячу (внешней стороной стопы, внутренней стороной стопы). Игра «Квадрат»	3
3.3.	Тактика атаки	14
	Разучивание схемы действий на площадке с пассивным соперником или же предполагаемым противником	3
	Разучивание открываний от соперника, создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля	3
	Повторение передач в движении, ведение мяча в движении с партнером, «одно-два касания», «стенка», «скрещивание»	4
	Изучение финтов, удары по воротам	4
3.4.	Тактика обороны	14
	Изучение держания игрока без мяча	2
	Изучение отбора мяча у соперника	4
	Изучение персональной обороны, игра «каждый с каждым»	4
	Изучение зональной обороны, упражнение «два в одного» «два в два»	4
Раздел IV. «Контрольные игры»		
4.1.	Сдача нормативов	3
	Поднимание туловища из положения лёжа на спине, поднимание туловища из положение лежа на животе за 60 сек	1
	Челночный бег 3x10 м, удар мяча на точность	1
	Ведение мяча на скорость	1
4.2.	Двусторонняя игра между группами	2
		72

Календарный учебный график

Наименование	Период
Продолжительность учебного года	39 недель
Начало учебного периода	01 сентября 2022 года
Окончание учебного периода	30 июня 2023 года
Зимние каникулы	01.01.2022-08.01.2023 года
Дни занятий	Понедельник, среда (ул. Репина) Понедельник, среда (ул. Войнич)
Недельная нагрузка	2 академических часа
Длительность академического часа	Не более 30 минут
Праздничные не учебные дни	04.11.2022, 02-06.01.2023, 23.02.-24.02.2023, 08.03.2023, 01.05.2023, 08-09.05.2022, 12.06.2023

Организационно-педагогические условия реализации программы **Материально-техническое обеспечение:**

Специализированные учебные помещения: спортивный зал

Оборудование:

- гимнастические маты;
- скакалки;
- мячи;
- обручи;
- конусы;
- фишки;
- футбольные ворота;
- ноутбук.

Кадровое обеспечение:

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Список литературы

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
2. Указ президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 №599;
3. Указ президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 №597;
4. Распоряжение правительства Российской Федерации от 30 декабря 2012г. № 2620-р;

5. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года;

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;

7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 8 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Для педагога:

1. Программа интегративного курса физического воспитания для дошкольников подготовительной группы на основе футбола.

2. Центр организационно-методического обеспечения физического воспитания Департамент образования города Москвы. Москва-2013г., Авторы-составители: В.А.Круглыхин, Е.В.Ломакина, Разова Е.В.;

3. Аксенова Н. Повышение уровня двигательной активности и дозировка физической нагрузки на физкультурных занятиях // Дошкольное воспитание, 2000. № 6. С. 37–48.;

4. Вавилова Е. Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость: Пособие для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 1981;

5. Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам: Ст. возраст. - М.: Владос, 2004 - 374с;

6. Рунова М. Формирование оптимальной двигательной активности. Старший дошкольный возраст // Дошкольное воспитание, 2000. № 6. С. 30–37.;

7. Николаева Н И. «Школа мяча»;

8. Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду» Москва 2009;

9. // Дошкольное воспитание № 6 – 2005г. Л. Волошина, Г. Тиунова «Играем в футбол»;

10. // Дошкольное воспитание № 6 – 2010г. Б. Куланин «Дошкольники и спортивные игры».