

Слободо-Туринский муниципальный отдел управления образованием
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Слободо-Туринский детский сад «Родничок»

ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
Протокол № 4 от «30» 05

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Слободо-
Туринский детский сад «Родничок»
Рямова Н.В.
Приказ № 41/1 от «31» 05 2024г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Мини-футбол»**
Возраст учащихся: 5-7 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Кожевина О.А.,
Инструктор по физической культуре.

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

I Наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол»
II Направленность	
III Сведения об авторе и составители программы	
1. ФИО	Кожевина Ольга Александровна
2. Год рождения	1979
3. Образование	Среднее профессиональное
4. Должность	педагог дополнительного образования
5. Квалификационная категория	1 квалификационная категория
6. Электронный адрес, контактный телефон.	olya.cozhewina@yandex.ru , 89530546210
IV Сведения о программе	
1. Нормативная база.	<ul style="list-style-type: none"> - Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ; - Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678 – р); - Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.); - Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р); - 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); - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; - Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»; - Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования

	<p>детей и взрослых»;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; - 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; - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»; - Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»); - Методические рекомендации по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей, направленными письмом Министерства образования и науки РФ от 28.04.2017 г. № ВК - 1232/09 - 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». - Приказ Министерства образования и молодежной политике Свердловской области от 26.10.2023 г. № 1104 -д «Об утверждении методических рекомендаций «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях»; - Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 29.06.2023 г. № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом (для сертификации); - Приказ Министерства общего и
--	---

	<p>профессионального образования Свердловской области от 25.08.2023 г. № 963 – Д «О внесении изменений в приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 29.06.2023 г. № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом»;</p> <p>- Устав МАДОУ «Слободо-Туринский детский сад «Родничок»</p>
2. Объем и срок освоения	72 часа; 1 год.
3. Форма обучения	Очная
4. Возраст обучающихся	5 - 7 лет
5. Тип программы	Модифицированная
V/Характеристика программы	
1. Цель программы	формирование устойчивого интереса детей старшего дошкольного возраста к занятиям физической культурой и спортом посредством обучения игре в мини-футбол, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.
2. Учебные разделы/курсы/ модули (в соответствии с учебным планом)	Вводное занятие Физическая подготовка Техническая и тактическая подготовка
3. Ведущие формы и методы образовательной деятельности.	Фронтальная, поточная, групповая, индивидуальная, круговая тренировка – формы обучения. Практическое занятие. Методы: словесные, наглядные, практические.
4. Формы мониторинга	<i>Формы стартового оценивания: сдача нормативов.</i> <i>Формы текущего оценивания: персонифицированные мониторинговые исследования, сдача контрольных нормативов</i> Текущий мониторинг: Диагностика
5. Дата утверждения и последней корректировки.	июнь 2022; июнь 2024

Содержание

1.	Комплекс основных характеристик	
1.1	Пояснительная записка	6
1.2	Цель и задачи программы	12
1.3	Планируемые результаты	13
1.4	Содержание общеразвивающей программы	14
	- учебный (тематический) план.	14
	- содержание учебного (тематического) плана.	15
2	Комплекс организационно-педагогических условий.	18
2.1	Условия реализации программы.	18
2.2.	Формы аттестации и контроля, оценочные материалы	20
3.	Список литературы	22
	Приложение 1. Возрастные особенности детей	23
	Приложение 2. Диагностическая карта дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол»	25
	Приложение 3. Итоговый протокол результатов	27
	Приложение 4. Аннотация	28

1. Комплекс основных характеристик.

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» по содержанию является физкультурно-спортивной; по функциональному предназначению – общеразвивающей; по форме организации – групповая.

Программа «Мини-футбол» - модифицированная, разработана на основе изучения программ данного направления, в частности Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол для дошкольников», автор Бедряга Ярослав Владимирович, педагог дополнительного образования.

Программа ежегодно корректируется с учётом изменения законодательной и нормативной базы, приоритетов деятельности учреждения и педагогов студии, интересов, способностей и особенностей детей.

Актуальность программы

Общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678 – р);
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- 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);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021№ 2 «Об утверждении норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- 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»;

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- 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;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Методические рекомендации по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей, направленными письмом Министерства образования и науки РФ от 28.04.2017 г. № ВК - 1232/09
- 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»).
- 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»);
- 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».
- Приказ Министерства образования и молодёжной политике

- Свердловской области от 26.10.2023 г. № 1104 -д «Об утверждении методических рекомендаций «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях»;
- Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 29.06.2023 г. № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом (для сертификации);
 - Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 25.08.2023 г. № 963 – Д «О внесении изменений в приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 29.06.2023 г. № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом»;
 - Устав МАДОУ «Слободо-Туринский детский сад «Родничок»

Актуальность предлагаемой образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области физической культуры и спорта, поскольку дети занимающиеся спортом с раннего возраста, развиваются быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Современный социальный заказ на образовательные услуги обусловлен и задачами физического развития детей, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчеркивается важность физического воспитания, использование его оздоровительных, развивающих и воспитательных возможностей, формирующих у учащихся творческие способности, ценностное отношение к здоровью, нравственность.

Футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни. Приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы, честность, те развивает качества, так необходимые ребёнку во взрослой жизни.

Отличительные особенности данной программы в том, что она предназначена для обучения дошкольников игре в мини футбол. Данная программа превышает нормативную базу Основной общеобразовательной

программы дошкольного образования. В программе ООП ДО дети осваивают элементы игры футбола: ведение, передача, удар по воротам. Данная же программа позволяет обучить детей самой игре, с ее правилами и приемами.

Обучение игре в футбол в дошкольном учреждении – это эмоциональная направленность. Ведь положительный эмоциональный тонус является важнейшей предпосылкой здоровья, предупреждает развитие различных заболеваний, а также поддерживает у детей интерес к физической культуре.

Педагогическая целесообразность программы «Мини футбол» позволяет планомерно работать с детьми, объединяя их по физическим данным и подготовленности. В процессе изучения у ребят формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Дети приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа «Мини футбол» основывается на общедидактических принципах научности, последовательности, системности, связи теории с практикой, доступности.

В целях раскрытия педагогического и развивающего потенциала учебно-воспитательного процесса по программе акцент в ней делается на следующих принципах:

- 1) *Доступность* - обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности детей.
- 2) *Систематичность* - регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнения техники их выполнения.
- 3) *Закрепление навыков* - многократное выполнение упражнений. Умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.
- 4) *Индивидуально-дифференциальный подход* - учет особенностей возраста, состояния здоровья каждого ребенка.
- 5) *Сознательность* - понимание пользы выполнения упражнения, потребность их выполнять.

Особенности организации образовательного процесса.

Модель реализации ДООП традиционная, т.к. представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение одного лет обучения.

Адресат программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» адресована детям в возрасте от 5 до 7 лет. В группу принимаются все желающие без предварительного отбора, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям мини-футболом.

Программа строится на основе знаний возрастных, психолого-педагогических, физических особенностей детей данного возраста.

Возрастные, психофизиологические особенности детей, базовые знания, умения и навыки соответствуют данному виду деятельности. Возрастные особенности обучающихся см. Приложение №1

Зачисление в группы производится с обязательным условием – написание заявления родителями (законными представителями несовершеннолетних учащихся), подписание согласия на обработку персональных данных.

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности. Предварительная подготовка необязательна.

Наполняемость в группах от 10 до 12 человек.

Объем образовательной программы.

Сроки реализации образовательной программы 1 год, 72 учебных часа.

Режим занятий. Для учащихся занятия проводятся 2 раза в неделю по часу. В соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14 длительность одного академического часа для детей дошкольного возраста 5-7 лет - 30 минут.

Основные формы обучения:

Фронтальная - наиболее часто используется в водной и заключительной и реже – в основной части при выполнении несложных двигательных действий (общеразвивающие упражнения, передача мяча, при построении занимающихся в шеренги).

Поточная – дети выполняют упражнения с мячом поочередно, применяется, когда необходимо обеспечить контроль за действиями каждого из них.

Групповая – каждая группа выполняет отдельные задания с мячом; тренер осуществляет контроль за деятельностью всех групп, находясь при этом с группой, получавшей самое сложное задание.

Индивидуальная – применяется в целях устранения имеющихся недостатков в овладении мячом или для совершенствования практических навыков владения с мячом.

Круговая тренировка - один из наиболее эффективных способов организации деятельности юных футболистов на занятии, обеспечивающим высокую общую и моторную плотность.

Виды занятий: тренировочные, теоретические и соревновательные занятия.

Методы и приёмы обучения

1. Наглядный метод включает в себя разнообразные приёмы:

- образный показ педагога;
- эталонный образец-показ упражнений и техники футбольных приёмов
- жестикуляции
- использование наглядных пособий.

2. Словесный метод:

- объяснение;
- инструкция;
- беседа;
- рассказ
- анализ и обсуждение;
- словесный комментарий педагога по ходу выполнения упражнений и

техники футбольных приёмов;

3. Практический метод обогащён комплексом различных приёмов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой приём;
- сотворчество;
- соревновательный прием;
- прием разучивания по частям;
- приём пространственной ориентации;
- прием разучивания в целом;
- музыкальное сопровождение танца как методический приём;
- непосредственная помощь тренера-преподавателя.

Уровневость общеразвивающей программы. Программа относится к «стартовому уровню» поскольку предполагает минимальную сложность предлагаемого для освоения детьми содержания: освоение элементов игры в футбол, знакомство с правилами и приемами игры посредством общедоступных и универсальных форм организации материала.

Формы подведения итогов реализации программы дополнительного образования. Данная программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, участие в соревнованиях и спортивных массовых мероприятиях (праздниках).

1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель программы - формирование устойчивого интереса детей старшего дошкольного возраста к занятиям физической культурой и спортом посредством обучения игре в мини-футбол, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Задачи:

Обучающие:

- формировать основы знаний в области физической культуры и спорта;
- формировать элементарные знания в области анатомии, физиологии и гигиены человека;
- создать представления о методике организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в частности мини-футболом;
- обучить техническим элементам и правилам игры;
- обучить тактическим индивидуальным и командным действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях мини-футболом;

Развивающие:

- развивать физические способности (силовые, скоростные, скоростносиловые, координационные, выносливость, гибкость);
- повышать техническую и тактическую подготовленность в данном виде спорта;
- совершенствовать навыки и умения игры.

Воспитательные:

- воспитывать моральные и волевые качества;
- вырабатывать организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- воспитывать ответственность, дисциплинированность, взаимопомощь;
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

1.3 Планируемые результаты

Метапредметные:

- уметь взаимодействовать друг с другом во время игры; уметь подчинять свои интересы интересам команды;
- бережное отношение к своему здоровью;
- уметь осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Личностные:

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

Предметные:

- уметь играть в мини-футбол с соблюдением основных правил;
- знать основы здорового образа жизни, гигиены, закаливания;
- знать причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;
- знать основные техники владения мячом.
- уметь организовать самостоятельные занятия по футболу с соблюдением правил техники безопасности;
- уметь оказывать первую помощь при легких травмах;
- уметь вести наблюдение за динамикой развития своих физических качеств;
- уметь выполнять комплексы общеразвивающих и специальных упражнений с мячами;
- владеть основами технических действий, приемами и физическими упражнениями, уметь использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности.

1.4.Содержание общеразвивающей программы

Учебно – тематический план

№	Наименование раздела, темы	Все го	Количество часов		Формы аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1.	Теоретическая подготовка	10	8	2	
1.1.	Вводное занятие Инструктаж по технике безопасности	1	1		Педагогическое наблюдение, устный опрос
1.2.	История игры мини - футбол	1	1		
1.3.	Сведения о личной гигиене детей	2	2		
1.4.	Методика спортивной тренировки, построение разминки	3	2	1	
1.5.	Правила игры, соревнований	3	2	1	
2.	Физическая подготовка	32		32	
2.1.	Общефизическая подготовка	12		12	Педагогическое наблюдение, выполнение диагностических заданий
2.2.	Специальная физическая подготовка	20		20	
3.	Техническая и тактическая подготовка	30		30	
3.1.	Техника игры без мяча	6		6	Устный опрос, самостоятельная работа, участие в соревновательных играх, выполнение диагностических заданий, контрольное занятие.
3.2.	Техника игры с мячом	8		8	
3.3.	Тактика атаки	6		6	
3.4.	Тактика обороны	6		6	
3.5.	Сдача нормативов	2		2	
3.6.	Контрольные игры	2		2	
	Итого:	72	8	64	

Содержание учебного (тематического) плана

Раздел 1. Теоретическая подготовка

Тема 1.1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

Теория: Знакомство с группой. Ознакомление обучающихся с целями и задачами программы. Инструктаж по технике безопасности. Тренировочный режим. Режим дня юного спортсмена. Спортивная форма для занятий мини-футболом. Выбор капитана. История развития мини-футбола. Показ презентации и беседа о причинах, вызывающих травматизм, потертости. Профилактика травматизма: требования к местам проведения занятий, инвентарю, одежде, обуви. Безопасность при организации и проведении тренировки. Меры обеспечения безопасности во время соревнований.

Практика: Ознакомление с местами проведения занятий.

Тема 1.2. История игры мини – футбол

Теория: Ознакомление детей с историей развития мини-футбола в России. Значение и место мини-футбола в системе физического воспитания. Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке. Первые шаги футбола. Развитие футбола среди дошкольников. Соревнования по футболу.

Тема 1.3. Сведения о личной гигиене детей

Теория: Ознакомление детей с общими понятиями о гигиене. Личная и общественная гигиена. Гигиенические основы режима учебы, отдыха, занятий спортом. Значение режима дня для юного спортсмена. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви футболиста. Зависимость появления травматизма от неправильного отношения к гигиеническим требованиям. Предупреждение травм при занятиях футболом.

Тема 1.4. Методика спортивной тренировки, построение разминки

Теория: Знакомство детей с понятиями о спортивной технике. Передача мяча – верхняя, нижняя. Техника удара при верхней передаче. Приём снизу сильных ударов. Техника нападающего удара. Техника блокирующих действий. Игра в зонах.

Понятие об индивидуальной и групповой тактике. Индивидуальная тактика, ее содержание и значение для игры. Целесообразность и особенности применения основных технических приемов в различных ситуациях и разными игроками. Групповая тактика, ее понятие и содержание. Групповые задачи командной игры. Передача шайбы — основное средство решения тактических задач. Тактика игры вратаря: выбор места, взаимодействие с партнерами.

Практика: Разминка. Сдача контрольно-тестовых упражнений по общефизической подготовке и специальной физической подготовке, технической и тактической подготовке.

Тема 1.5. Правила игры, соревнований.

Теория: Знакомство детей с правилами игры в мини-футбол. Организация и проведение соревнований. Роль капитана команды, его права и обязанности. Площадка для игры в мини-футбол, её устройство, разметка. Состав команды. Замена игроков. Форма игрока. Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Форма контроля: Педагогическое наблюдение, устный опрос, выполнение диагностических заданий.

Раздел 2. Физическая подготовка

Тема 2.1. Общефизическая подготовка

Практика: Упражнения для укрепления мышц, костно-связочного аппарата и улучшения подвижности в суставах. Упражнения для рук и плечевого пояса; Для шеи и туловища; Для ног.

Комплексные занятия с набором упражнений для развития физических качеств (выносливость, настойчивость, воля, быстрота, сила, ловкость и т.д.), необходимых для успешной игры в футбол. Легкоатлетические упражнения: эстафеты, челночный бег, бег 15, 30, 250, 1500 метров, кросс 500 до 2 000 метров, метание, прыжки в высоту и длину с места; Гимнастические и акробатические упражнения; Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Передвижение на лыжах. Езда на велосипеде по гладкой и малопересеченной местности в равномерном и переменном темпе, езда в гору.

Тема 2.2. Специальная физическая подготовка.

Практика: Выполнение специальных упражнений для развития футбольной скорости и ловкости, быстроты зрительно-двигательной реакции на мяч, скорости перемещения и ориентации на поле:

- развитие взрывной силы, выносливости и целеустремленность в атаке и отборе мяча;
- развитие и совершенствование стартовой скорости с изменением направления движения, скоростная обводка препятствий;
- специальные физические упражнения для развития прыгучести, прыжки в длину и в высоту;
- акробатические упражнения при отборе мяча и ударах по воротам.

Участие в подвижных играх: «Живая цель», «Салки мячом» и т.д.

Эстафеты с бегом, прыжками, метанием, лазанием.

Форма контроля: Педагогическое наблюдение, выполнение диагностических заданий.

Раздел 3. Техническая и тактическая подготовка.

Тема 3.1 Техника игры без мяча.

Практика: Обучение технике игры без мяча: обычный бег, бег спиной вперед, бег скрестным и приставным шагом, прыжки толчком одной и двумя ногами, остановка прыжком и выпадом, повороты на месте и в движении переступанием и прыжком.

Тема 3.2 Техника игры с мячом.

Практика: Обучение технике владения мячом: удары по мячу ногой и головой, остановка и обработка мяча, ведения мяча, вбрасывание и техника игры вратаря.

- обучение ударам по мячу ногами;
- обучение ударам по мячу головой;
- обучение остановке и обработке мяча;
- обучение ведению мяча;
- обучение финтам;
- обучение отбору мяча: в выпаде, толчком плеча;
- обучение введению мяча в игру;
- обучение технике игры вратаря: основная стойка, ловля мяча снизу, сверху, с боку, в падении, отбивание мяча, перевод мяча, бросок и выбивание мяча.

Тема 3.3 Тактика атаки.

Практика: Обучение детей любым тактическим действиям осуществляется в следующей последовательности:

- рассказ и демонстрация на макете или схеме;
- разучивание схемы действий непосредственно на площадке с пассивным соперником или же предполагаемым противником;
- разучивание схемы действий непосредственно на площадке, но с активным соперником, выполняющим определенное задание;
- разучивание схемы действий непосредственно на площадке, но с активным соперником и в соревновательной форме;
- закрепление действия в двусторонней игре.

Обучить детей индивидуальным и групповые тактические действия в атаке без мяча и с мячом; и командным тактическим действиям.

Тема 3.4 Тактика обороны.

Практика: Обучение любым тактическим действиям обороны против соперника без мяча и с мячом; групповым действиям в обороне; командным тактическим действиям в обороне.

Тема 3.5 Сдача нормативов.

Практика: Разминка. Сдача контрольно-тестовых упражнений по общефизической подготовке и специальной физической подготовке, технической и тактической подготовке.

Тема 3.6 Контрольные игры.

Практика: Товарищеские игры. Подведение итогов за год.

Форма контроля: Устный опрос, самостоятельная работа, участие в соревновательных играх, выполнение диагностических заданий, контрольное занятие.

2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Условия реализации программы.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала	Дата окончания	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1 сентября	31 мая	36	72	72	2 раза по 1 часу

- Кадровое обеспечения:

Данная программа реализуется инструктором по физической культуре, имеющего профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

- Организационно- педагогические:

- участие в мероприятиях на уровне учреждения;
- сотрудничество с родителями и другими коллективами,

- Материально-техническое обеспечение: спортивный зал, спортивная площадка на улице, мячи (футбольные), футбольные ворота, мешочки с песком, набивные мячи, табло спортивное, конусы, обручи, скакалка по количеству обучающихся.

Требования к форме: спортивная обувь (кеды), футболка, шорты, наколенники.

- Информационное обеспечение: аудиоаппаратура, ноутбук, usb накопитель.

- Учебно-методическое обеспечение:

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. «Мини-футбол в школе», Издательство: «Советский спорт», 2006, 224 с.;

2. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» М.: «Просвещение» 1992.
3. Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду». –М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009г.
4. Коротков И.М. «Подвижные игры для детей» М., «Советская Россия» , 1987г.
5. Николаева Н.И. «Школа мяча» СПб: Детство – пресс, 2008г.
6. Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду»
7. Фонотека
8. Видеотека

Методические материалы:

- методические пособия и учебные пособия по обучению «Мини-футболу»;
- литература по обучению базовой технике;
- словари терминов;
- описание техники безопасности.

Формы обучения: очная

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Формы организации учебного занятия: беседа, игра, практическое занятие, презентация, соревнование, эстафета.

Структура занятия

1. Вводная часть. - 3-5 мин.
 - Разминка. Включает строевые упражнения различные виды ходьбы и бега ОРУ.
2. Основная часть. 15-20 мин.
 - Теоретический раздел: 2-5 мин.
 - Беседы о технике безопасности, правилах поведения во время образовательной деятельности.
 - Разучивание новых элементов футбольной игры или повторение пройденного материала.
 - Показ иллюстраций.
 - Практический раздел: 10 мин.
 - Основные виды движений.
 - Специальные упражнения и игры, направленные на овладение детьми элементами футбольной игры.

- Разучивание основных движений, составных элементов основного движения.
- Повторение и закрепление ранее пройденного материала.
- Подвижные игры с мячом.

3. Заключительная часть. 5 мин.

- Упражнения на расслабление.
- Игры малой подвижности с мячом.

Подведение итогов.

Методы обучения и воспитания: словесные, наглядные, практические. Игровой и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация, создание ситуаций и др.

Педагогические технологии

Технология группового обучения, игровой деятельности, здоровьесберегающая технология.

Дидактические материалы

Наглядные, демонстрационные и практические пособия, подборки материалов, игр, заданий, упражнений; и т.п. (на бумажных и электронных носителях)

2.2. Формы аттестации и контроля, оценочные материалы.

Формы подведения результатов.

Основными формами контроля являются спортивные игры и упражнения, тесты, открытые занятия для родителей, педагогов и сверстников, показательные выступления и соревнования.

Критерии оценивания

Для определения результата усвоения программы разработан пакет контрольно-измерительных материалов, который позволяет увидеть результат деятельности каждого ребенка.

Внутренняя оценка предметных и метапредметных результатов детей включает в себя стартовое, текущее (формирующее) и промежуточное (итоговое) оценивание.

Формы стартового оценивания: сдача нормативов.

Предметом текущего (формирующего) оценивания является операциональный состав предметных способов действия и универсальные учебные действия для определения проблем и трудностей в освоении предметных способов действия и УУД и планирования работы по ликвидации возникших проблем и трудностей. (Приложение №2)

Формы текущего оценивания: персонифицированные

мониторинговые исследования, сдача контрольных нормативов по мини-футболу, включающие проверку сформированности базового уровня (оценка планируемых результатов под условным названием «Занимающийся научится») и повышенного уровня оценка планируемых результатов под условным названием «Занимающийся получит возможность научиться».

Предметом промежуточного (итогового) оценивания на конец учебного года является уровень освоения обучающимися культурных предметных способов и средств действия, а также УУД. (см. Приложение №2)

Формы (итоговой) сдачи контрольных нормативов: типовые задания по оценке личностных результатов, итоговые проверочные работы по предмету мини-футбол, сдача нормативов (см. Приложение №2)

Эффективность контроля зависит от стандартности проведения сдачи контрольных упражнений и измерения в них результатов.

Беговые упражнения выполняются с высокого старта. Время старта фиксируется на секундомере по началу движения испытуемого.

На выполнение даются 2-3 попытки, кроме контрольных упражнений. Учитывается лучший результат. Показанный результат оценивается по критериям: высокий, средний, низкий. По показаниям, набранным во всех контрольных упражнениях, судят об уровне подготовленности (ФП, СП, ТП).

Показанный результат выполненного контрольного упражнения, оцениваемый как низкий, является лимитирующим звеном в структуре подготовленности, и на его совершенствование должен быть сделан акцент, как в командных, так и в индивидуальных занятиях.

Если двигательное качество соответствует среднему уровню, то для совершенствования данного качества должны организовываться индивидуально-самостоятельные тренировки.

Если показатель на высоком уровне развития качества, это рассматривается как ведущее (компенсаторное) звено в структуре подготовленности.

Все результаты заносятся в итоговый протокол результатов промежуточной (итоговой) аттестации обучающихся дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (см. Приложение №3).

3. Список литературы.

Список литературы для педагога:

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» М.: Просвещение, 2002г.
2. Алексеева, Л.М. «Спортивные праздники и физкультурные досуги в ДОУ» / Л.М. Алексеева. - М.: 2005
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. «Мини-футбол в школе», Издательство: «Советский спорт», 2006, 224 с.;
4. Андреев С.Л. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2009. - 144 с.
5. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. - М.: Физкультура и спорт, 1985.
6. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса.- М.: ФиС, 2003, с. 26-83.;
7. Голомазов С.В. «Футбол: теоритические основы тренировки ловли и отражения мяча вратарями» -М.: ТВТ Дивизион, 2006г.
8. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин. - М.: Гуманит. изд. центр Владос, 2000.г.
9. Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду». –М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009г
10. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Э.Н. Алиев «Мини-футбол – игра для всех»/ Учебно – методическое пособие. Издательство: «Советский спорт», 2007 год, 264 с.;
11. Николаева Н.И. «Школа мяча» СПб: Детство – пресс, 2012г.
12. Спортивные игры. Техника, тактика обучения: Учеб. для студентов пед. ву-зов / Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. - М.: АКАДЕМИЯ, 2001.
13. Теория и методика физического воспитания: Учебн. Для ин-тов физ.культ. / Под ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новиков. Т. I - М.: ФиС, 2006 - 304с.;
14. Футбол. Учебник для институтов физической культуры. Под общ.ред. М.С. Полишкиса, В.А.Выжгина. М. Физкультура, образование и наука. 2006г..
15. Физиология человека: Учебн. для ИФК. 5-е изд./ Под ред. Н.В. Зимкина. - М.: ФиС, 2006. - 496с.
16. 500 игр и эстафет. Под редакцией В.В. Кузина, С.А. Полиевского.М. «Физкультура и спорт». 2000г.

Список литературы для родителей и обучающихся:

1. Андреев СИ. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 1989.
2. Былеева Л.А., Яковлев В. «Подвижные игры», Москва « Физкультура и спорт». 2005г.
3. Коротков И.М. «Подвижные игры для детей» М., «Советская Россия» , 2006г.

Возрастные особенности детей.

Организм ребенка в данный период быстро растет и развивается, в тоже время сопротивляемость неблагоприятным влияниям среды еще низка, ребенок легко заболевает.

На протяжении шестого и седьмого года жизни ребенка динамика процессов в его организме очень высока: существенно прибывает мышечная сила, значительно улучшается координация движений, сформированные ранее умения превращаются в навыки. Старший дошкольник способен различать направление, амплитуду, скорость и ритм движения, изменять характер движения. Он способен совершать действия, требующие приспособления к изменяющимся условиям (убегать от водящего в игре и т.п.), а также сочетать несколько действий (броски и ловля мяча с хлопками, бег со скакалками, бег по кочкам и т.д.). То есть на данном этапе создаются возможности для систематического обучения основам техники физических упражнений.

Прежде чем начать учебный процесс, планировать и проводить учебно-тренировочные занятия по футболу с детьми преподаватель должен знать и учитывать:

- уровень физического развития спортсменов;
- биологические особенности детского организма;
- особенности адаптации к нагрузкам детей.

В дошкольном возрасте опорно-двигательный аппарат очень хрупкий и нужно профессионально подбирать упражнения, как по динамике, так и по нагрузке. Неправильная посадка за партой, ношение тяжестей в одной руке, а также физические упражнения с односторонней нагрузкой способствуют деформации позвоночных изгибов, боковым искривлениям или образованию сутулой спины.

На занятиях по мини - футболу в дошкольном возрасте следует применять упражнения, особенно в подготовительной части, для формирования и укрепления «мышечного корсета», избегать упражнений с резкими односторонними толчками. Ассиметричным подниманием тяжести (гантели, набивные мячи), натуживаний, чрезмерной и длительной нагрузки на опорную поверхность стоп. С возрастом изменяется абсолютная величина мышечной массы, ее относительный вес, а также морфологическая структура мышц. В 4-10 лет удельный вес мышечной массы составляет примерно 28% к весу тела, в 12 лет-30%, к 18 годам-40%.

В дошкольном возрасте хорошо дифференцируются мышечные ощущения и отдельные сложные координационные движения при обучении

технике и в игровых упражнениях, которые более доступны, чем в старшем возрасте. Поэтому, в период с 7 до 12 лет 50% упражнений должны быть на ловкость, гибкость, координацию движений: эстафеты, подвижные и спортивные игры с элементами футбола. При планировании занятий футболом нужно обязательно учитывать особенности адаптации к нагрузкам детей. Для 16 спортивных игр характерны специфические особенности многолетнего становления игрового умения, проявляющегося в том, что совершенствуются навыки не только преодоления «природы», т.е. объективных и субъективных трудностей, что имеет место во всех видах спорта, но и навыки реального противодействия конкретному сопернику, что имеет место в спортивных играх.

Таким образом, сочетание физической культуры и спортивной специализации - это мощное средство прочного фундамента здоровья занимающихся. В развитии физических качеств большое значение имеет рациональное применение в определенной последовательности силовых и скоростно-силовых упражнений. Наиболее благоприятной является такая последовательность. Когда за скоростной следует скоростно-силовая нагрузка. Упражнения скоростного характера, выполняемые перед упражнениями с отягощениями (набивные мячи, гантели и т.д.), физиологически и субъективно переносятся легче, чем при обратной последовательности. Применение упражнений, направленных на развитие скоростно-силовых качеств, активно содействует развитию физиологических способностей у детей школьного возраста. Поэтому при занятиях с детьми на всех этапах обучения существенное значение имеет правильный выбор средств и методов подготовки

**Диагностическая карта дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы «Мини-футбол»**

ФИО ребенка _____

Педагог _____

Возраст ребенка _____ лет

Этап контроля _____ (месяц, год)

№	Физические качества,	Возраст ребёнка				
Скоростные						
1.	Бег на 10 м.					
2.	Бег на 30м.					
3.	Бег на 100м					
Координационные						
4.	Челночный бег 3x10м.					
Скоростно-силовые способности						
5.	Прыжок в длину с места					
Сила.						
6.	Бросок набивного мяча из-за головы стоя					
Умение владеть мячом.						
1.	Удар по неподвижному мячу правой и левой ногой.					
2.	Ведение мяча по прямой					
3.	Ведение мяча змейкой и с изменением направлением.					
4.	Удар по воротам.					
5.	Передача мяча ногой друг-другу.					
6.	Участие в игре футбол с соблюдением правил игры.					
Уровень						

Подпись: _____ / _____ /

Критерии оценки основных параметров диагностической карты.

Бег 10 метров (сек):

Высокий - 2,1 сек.

Средний -2,3 сек.

Низкий -2,5 более сек.

Бег 30 метров (сек):

Высокий -6,3 сек

Средний -6,5

Низкий -7,0 и более сек.

Челночный бег 3x10м

Высокий -7,4 сек

Средний -7,6 сек

Высокий -8,0 и более сек

Прыжок в длину с места:

Высокий -140 см

Средний -120 см

Низкий -100 и ниже.

Бросок набивного мяча из-за головы стоя:

Высокий -300 см

Средний -260 см.

Низкий -175 и меньше см

Удар по неподвижному мячу:

Высокий - из 5 ударов 5 попаданий

Средний - из 5 ударов 3 попадания

Низкий - из 5 ударов 2 и менее попаданий

Ведение мяча по прямой, змейкой, и с изменением направления:

Высокий - ведёт мяч не теряя его.

Средний – ведёт мяч с минимальными потерями мяча.

Низкий - ведёт мяч с частыми потерями.

Удар по воротам:

Высокий - из 5 ударов 5 попаданий.

Средний - из 5 ударов 3 попадания.

Низкий - из 5 попаданий 2 и менее попаданий.

Передача мяча друг – другу:

Высокий - из 5 передач 5 правильных по направлению партнёра.

Средний – из 5 передач 3 правильных.

Низкий - из 5 передач 2 и менее правильных.

Аннотация.

к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности
«Мини-футбол»

Исследования показывают, что современные дети мало двигаются, меньше, чем раньше, играют в подвижные дворовые игры из-за привязанности к телевизору и компьютерным играм. Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одна из самых важных задач, стоящих перед современным педагогом. Вместе с тем следует отметить, что ощущается явная необходимость в методических разработках, технологиях, нацеленных на решение проблемы, связанной с сохранением и укреплением здоровья детей.

В программе представлено большое разнообразие методов работы с детьми (практические, словесные и наглядные). Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» имеет классическую структуру и включает: пояснительную записку, программное содержание, имеющее четкую структуру, перспективный план программы, методическое обеспечение, а также список используемых источников и приложения. В пояснительной записке автором раскрывается актуальность темы, четко формулируется цель, ставятся задачи, приводятся планируемые результаты и сроки освоения программы. Представлено большое разнообразие подвижных игр, способствующих обучению и совершенствованию навыков и умений, приобретенных на занятиях. Комплекс эмоционально – оздоровительных, познавательных и воспитательных компонентов, заключенных в подвижных играх, способствует осуществлению задач всестороннего воспитания, что, несомненно, приведет к формированию потребности ребенка в двигательной активности, расширению его двигательного опыта, формированию физических качеств (выносливости, ловкости, быстроты, силы) и укреплению психофизического здоровья детей.

Условия набора и формирования групп:

Группы формируются с учётом возраста детей, психологических особенностей и их физических данных, по желанию родителей

- обучение детей в возрасте от 5 - 7 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к данному виду деятельности.

Наполняемость в группах: ожидаемое минимальное число обучающихся в одной группе от 10 до 12 человек.

Сроки реализации образовательной программы 1 год, количество часов – 72. Обучение проводится два раза в неделю по 30 минут.

Таким образом, программа «Мини-футбол», способствует развитию двигательной активности детей старшего дошкольного возраста. Проблемы, связанные с приобщением детей к спорту и здоровому образу жизни, решаются посредством элементов футбола.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402935

Владелец Рямова Наталья Витальевна

Действителен с 25.01.2025 по 25.01.2026