

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №1 города
Коврова Владимирской области

Принята
На Педагогическом совете МАДОУ №1
протокол № _4_ от 28.08.2025

Утверждена
Заведующий МАДОУ №1

Рассмотрена
На Совете МАДОУ
протокол № _4_ от 28.08.2025

_____ А.В.Мацола
приказ № _107_ от 28.08.2025

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ШКОЛА ФУТБОЛА»**

Направленность программы: **физкультурно-спортивная**

Уровень программы: **ознакомительный**

Срок реализации программы: **1 год**

Составитель программы
Молчанов Даниил Максимович
педагог дополнительного образования

Ковров
2025

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

Название раздела, подраздела	Номер страницы
<i>Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы</i>	3
1.1. Пояснительная записка	
1.2. Цели и задачи	6
1.3. Содержание программы	6
1.4. Планируемые результаты	12
<i>Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.</i>	12
2.1. Календарный учебный график	
2.2. Условия реализации программы	12
2.3. Формы аттестации	12
2.4. Оценочные материалы	13
2.5. Методические материалы	13
2.6. Список использованной литературы	17

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (*далее Программа*) «**Школа футбола**» физкультурно-спортивной направленности обоснована нормативно-правовыми документами, на основе которых составлена программа:

Основные документы в сфере дополнительного образования детей:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 26.05.2021 г. N 144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
4. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г №678-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года"
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 .07.2022г № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
7. Письмо Министерства просвещения РФ от 1 июня 2023 г. N АБ-2324/05 "О внедрении Единой модели профессиональной ориентации"
8. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций 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»;
9. Паспорт национального проекта «Молодежь и дети»;
10. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями от 02.02.2021 № 38)
11. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28.

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования во Владимирской области:

12. Указ губернатора Владимирской области от 02.06.2009г. № 10 «Об утверждении стратегии социально-экономического развития Владимирской области до 2030 года (с изменениями на 6 декабря 2024 года)
13. Постановление Администрации Владимирской области от 31.01.2019 № 48 «О государственной программе Владимирской области «Развитие образования» (с изменениями на 27 февраля 2025 года)
14. Распоряжение Администрации Владимирской области от 18 мая 2020 № 396-р «О создании Межведомственного совета по внедрению и реализации Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей во Владимирской области».
15. Распоряжение Администрации Владимирской области от 9.04.2020 г. № 270-р «О введении системы ПФДО на территории Владимирской области»;
16. Распоряжение Департамента образования и молодежной политики Вл.обл. № 1020 от 31.10.2022г. «Об утверждении программы развития регионального и муниципальных центров детско-юношеского туризма Владимирской области до 2030г».
17. Постановление Администрации Владимирской области от 09.06.2020 №365 "Об утверждении Концепции персонифицированного дополнительного образования детей на территории Владимирской области".

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования в городе Коврове:

18. Постановление администрации г. Коврова № 1865 от 14.08.2023 г. «Об утверждении положения о персонифицированном дополнительном образовании в г. Коврове»;

Уровень МАДОУ:

19. Устав МАДОУ
20. Локальные акты МАДОУ.

Своевременность, необходимость, соответствие потребностям времени

Футбол для дошкольников, как и любой детский спорт, формирует умение работать в команде, закладывает в ребенке социальные навыки, которые будут полезны в жизни. Занятия футболом оказывают положительное влияние на личность ребенка, развивают характер успешного человека.

Как показало изучение практики физического воспитания в ДОУ, элементарных подвижных игр для решения этих задач явно недостаточно, в то время как высокий интерес к играм, содержащим сложно координированные двигательные действия, обусловлен биологически и связан с качественными изменениями развития организма ребёнка.

Актуальность

Назрела острая необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребёнка, развития интереса к

движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Решение этой проблемы можно найти в игре в футбол. Игра в футбол динамична и эмоциональна, способствует развитию силы, скоростно-силовых качеств, координационных способностей, быстроты, требует проявления находчивости, способности к концентрации и переключению внимания, пространственной, временной, динамической точности движений и их биомеханической рациональности. Она эффективно влияет на развитие у детей дошкольного возраста как психических процессов (внимания, восприятия, памяти, рациональности мышления, воображения), так и физиологических (усиливают кровообращение, дыхание, обмен веществ).

Программа предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учётом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья. На занятиях создаются условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, даётся возможность раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого ребёнка. Рационально распределяется двигательная нагрузка дошкольников: с учётом физиологической реакции детей, соответствие нагрузки их возрастным и индивидуальным возможностям, уровням подготовленности.

Педагогическая целесообразность применения данной программы состоит в использовании более эффективных средств физического воспитания дошкольников. В ряду наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками футбол занимает видное место. И это не случайно. В первую очередь, эта игра неприспособлена. В футбол можно играть как на улице, так и в спортивном зале. Однако, несмотря на свою простоту, эта игра обладает рядом интереснейших особенностей, делающих её особенно привлекательной именно для дошкольников.

Во-первых, здесь каждый игрок чаще соприкасается с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в футболе забивается довольно много голов; в-третьих, во время матча мяч практически не покидает площадку, а игра проходит динамично, без вынужденных и утомительных остановок, что способствует мотивации игры в мини футбол.

Принципы построения программы

Важнейшими принципами содержания начального обучения игре в футбол детей дошкольного возраста являются:

– Принцип участия – привлечение сотрудников ДОО, представителей социума к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.

– Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья детей, научно обоснованными методиками.

– Принцип результативности и гарантированности – реализация прав детей на получение гарантий положительного результата от занятий физической культурой независимо от уровня физического развития.

– Принцип педагогической компетенции – аккумулирует принципы коммуникации, открытости, развития.

– Принцип комплексности – позволяет осуществлять работу с учётом взаимодействия всех факторов – здоровья, сложности задания, времени проведения совместной деятельности

– Принцип педагогической интеграции – позволяет одновременно использовать различные виды деятельности – двигательную, коммуникативную, познавательную, игровую – в целостном развитии личности ребёнка средствами физической культуры.

Направленность программы: Физкультурно-спортивная.

Уровень программы: ознакомительный.

Данная программа является модифицированной и разработана на основе Программы подготовки юных футболистов, разработанной Министерством спорта России совместно с Российским футбольным союзом, 2017 год

Программа дополнительного образования «Школа футбола» рекомендуется к использованию в работе с детьми старшего дошкольного возраста (5 - 7 лет).

Срок реализации программы – 1 год
Общее количество учебных часов: 72

Форма обучения: очная.

Форма организации занятий: групповая.

Особенности организации образовательного процесса: группа обучающихся одного возраста (одновозрастная).

Состав группы: постоянный.

Режим занятий:

Дети 5-7 лет) - 2 раза в неделю, всего 72 часа в год. Продолжительность занятия: 30 минут.

1.2. Цели и задачи программы

Цель: содействие оздоровлению и физическому развитию ребёнка дошкольного возраста в процессе обучения игре в футбол.

Задачи:

Личностные (Воспитательные):

- способствовать воспитанию активности, сознательности, морально-волевых качеств, уверенности в своих силах, уважительного отношения к себе и окружающим.
- сформировать интерес и желание вести здоровый образ жизни.

Метапредметные (Развивающие):

- накапливать и обогащать двигательный опыт детей (бег, бег с изменением направления и скорости, бег спиной вперёд, бег приставными шагами, и т.д.);
- содействовать в развитии физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, сила, гибкость)

Предметные (Обучающие):

- формировать представление о здоровом образе жизни, о спорте, об игре в футбол;
- ознакомить с основными правилами и принципами игры;
- формировать первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в футбол (ведение, остановка, удар, передача)

1.3. Содержание программы

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела, тема	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	Футбол – одна из самых популярных игр в мире. Подготовка к выпускному.	2	6	8	Наблюдение, открытое занятие для родителей (май)
2.	Формирование и закрепление навыков простых действий с мячом: школа мяча, школа паса, школа удара.	-	12	12	
3.	Обучение техники ведения мяча в футболе, удара по мячу и передачи мяча; передвижений по площадке	-	20	20	
4.	Закрепление техники передвижений и ведения мяча, удара и передачи мяча. «Школа мяча»	-	32	32	
ИТОГО		2	70	72	

Содержание учебного плана

1) Техника передвижения игрока:

- ходьба в сочетании с бегом
- бег с изменением направления
- бег с изменением скорости
- бег приставными шагами
- бег спиной вперед
- бег с высоким подниманием бедра
- бег челночный
- защитная стойка
- прыжки на одной и на двух ногах
- прыжки вперед, назад и в стороны

2) Удар по мячу:

- внутренней стороной стопы по неподвижным и катящимся мячам
- удар серединой подъема по неподвижным и катящимся мячам
- удары по неподвижному мячу: после прямолинейного бега; после зигзагообразного
- прямолинейное ведение и удар
- обводка стоек и удар

3) Остановка мяча:

- остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы
- остановка катящегося мяча подошвой
- остановка мяча катящегося под разным углом
- остановка мяча летящего стопой, бедром

4) Ведение мяча:

- ведение внешней стороной подъема
- ведение внутренней стороной стопы
- ведение с разной скоростью и сменой направления
- ведение с обводкой стоек
- ведение с применением обманных движений
- ведение с последующим ударом в цель
- ведение после остановок разными способами

5) Передача мяча:

- передачи, выполняемые разными частями стопы
- передачи короткие и средние
- передача неподвижного мяча, передача катящегося мяча

5) Тактическая подготовка:

- «Открывание»
- передачи
- ведение и обводка
- удары по воротам
- обманные движения
- ложный запах
- финт под удар;

6) Теоретическая подготовка:

- футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире
- как избежать травматизма

Содержание занятий

РАЗДЕЛ 1 «ФУТБОЛ – самая популярная игра» (8 занятий)

- Познакомить с техникой игры в футбол
- Определить уровень физической подготовленности детей

Занятия 1-3. «Знакомство с игрой «Футбол»

Беседа на тему «Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире»,
Игровое упражнение догонялки с хвостиками. Введение мяча по прямой (змейкой), удары по воротам.

Игра в футбол.

Занятия 4-6. «Продолжаем учиться играть в футбол»

Беседа: учимся играть в футбол. Знакомство с техникой владения мяча (ведение, удар, остановка, отбор).

Игра в футбол.

Занятия 7-8. «Что мы умеем?»

Диагностика физической подготовленности.

Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то

левой ногой); удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 X 2 м). Метание набивного мяча из-за головы (1 кг/см). Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока.

РАЗДЕЛ 2. ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ ПРОСТЫХ ДЕЙСТВИЙ С МЯЧОМ (ШКОЛА МЯЧА) (12 занятий)

Задачи:

- Формировать навыки простых действий с мячом (школа мяча)
- Учить технике ведения мяча.
- Учить детей понимать сущность коллективных игр с мячом, цель и правила.
- Формировать эмоционально – личностное отношение детей к играм с мячом, начиная от простого восприятия и интереса до устойчивых активных проявлений самого ребенка.

Занятия 9-12. «Школа мяча»

Разминка. Работа с мячом в квадрате (ведение мяча, работа подошвой). Ведение мяча от бровки.

Игровые упражнения: «Догонялки с мячами», «Догони мяч».

Подвижные игры: «Чей обруч», «Брось, поймай».

Игра в футбол.

Занятия 13-16. «Школа паса»

Разминка. Пас приём между конусами в парах. Пас приём треугольником.

Игровые упражнения: «Догонялки цепочкой», «Перенос трех мячей».

Подвижные игры: «Мяч водящему», «Мяч и веревка».

Игра в футбол.

Занятия 17-20. «Школа удара»

Разминка. Ведение мяча и удар. Удар с места, с наката, с приёмом. Удар через пас (в стенку).

Игровые упражнения: «Пингвины с мячом», «Передал - садись».

Подвижные игры: «Ловишка в кругу», «Сделай фигуру».

Игра в футбол.

РАЗДЕЛ 3. ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ ВЕДЕНИЯ МЯЧА В ФУТБОЛЕ, УДАРА ПО МЯЧУ И ПЕРЕДАЧИ МЯЧА (20 занятий)

Задачи:

- Продолжать учить технике ведения мяча в футболе.
- Учить ведению мяча с изменением направления, скорости, правой и левой ногой.
- Изучить удар по неподвижному мячу с места и с разбега
- Продолжать учить различным способам передвижения.
- Продолжать учить технике передачи и остановки мяча.

Занятия 21-22. «Учимся новому»

Разминка с мячами. Догонялки с хвостиками и мячами в руках. Обводка конусов и удар по воротам. Работа с мячом в кругу. Челноки. Игра в футбол.

Занятия 23-24. «Работаем обеими ногами»

Разминка. Работа с мячом в кругу (ведение только левой, затем только правой ногами; ведение по кругу сначала левой, затем правой ногами). Обводка змейкой сначала левой затем правой ногами. Игра в футбол.

Занятия 25-28. «Не потеряй мяч»

Ведение мяча с изменением направления, остановка мяча.

Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами.

Игровое упражнение «Точный удар» - игра в парах: удар по неподвижному мячу, остановка мяча – игровая задача – не потерять мяч.

Подвижная игра «Пустое место».

Игра в футбол.

Занятия 29-32. «Стенка»

Ведение мяча с изменением направления, игра в «стенку»

Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами на скорость.

Игровое упражнение «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно.

Подвижная игра «Блуждающий мяч». «У ребят порядок строгий».

Малоподвижная игра «Запомни и замри».

Занятия 33-34. «Скорость»

Ведение мяча с изменением направления, скоростное ведение.

Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. «Вокруг Света» - удар мяча о стену и обратно. Ведение мяча в прямом направлении на скорость.

Игровое упражнение «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно.

Подвижная игра «Ловкий охотник».

Игра в футбол.

Занятие 35. «Туда-сюда»

Ведение с изменением направления, передача мяча.

Удары по воротам. Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу.

Игровое упражнение «Вокруг света» «Не выпускать мяч из круга».

Подвижная игра «Меткий стрелок».

Игра в футбол.

Занятие 36. «Ты мне – я тебе»

Передача мяча, ведение.

Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами.

Игровое упражнение «Футбол вдвоем», «Ловкие ребята».

Подвижная игра «Шишки, желуди, орехи».

Игра в футбол.

Занятия 37-38. «Я мячом легко владею»

Техника владения мячом.

Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). Метание набивного мяча от груди двумя руками. Техника владения мячом (перекаты мяча в движении). Передача мяча друг другу, стоя на месте.

Игровые упражнения «Серпантин», «Передал - садись» - броски и ловля мяча, «Светофор» (во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста), «Три мяча».

Подвижная игра «Зайцы и волк».

Малоподвижная игра: «Летает - не летает».

Игра в футбол.

Занятия 39-40. «Работа сообща»

Ведение мяча разными способами. Ведение мяча в колоннах. Передача мяча в колоннах с приёмом. Игра в футбол на маленькой площадке, на средней площадке.

РАЗДЕЛ 4. ЗАКРЕПЛЕНИЕ ТЕХНИКИ ПЕРЕДВИЖЕНИЙ И ВЕДЕНИЯ МЯЧА, УДАРА И ПЕРЕДАЧИ МЯЧА. (32 занятия)

Задачи:

- Закреплять технику передвижений и ведения мяча.
- Закреплять технику ударов по неподвижному мячу с места и с разбега в стену и по воротам.
- Закреплять технику передачи мяча.
- Определить уровень физической подготовленности детей.
- Воспитывать чувство коллективизма, уважение к товарищам по игре, честность

Занятия 41-45. «Повторим»

Разминка. Ведение мяча в квадрате обеими ногами. Удары по воротам обеими ногами. Челноки. Игра в футбол.

Занятия 46-50. «Какой красивый гол»

Ведение с последующим ударом по воротам.

Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Ведение мяча правой, левой ногой и вокруг себя. Удар мяча в цель.

Игровые упражнения «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч

– по три мяча, «Найди свой цвет», «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка), «Попади в ворота» - удар мяча в ворота разными способами, с разных точек.

Подвижные игры «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч, «Мяч с топотом». Игра в футбол.

Занятия 51-52. «Челнок»

Челночный бег.

Челночный бег. Ведение мяча - челнок.

Игровые упражнения «Вышло солнце из-за речки», «По кочкам» (прыжки), «Дойди – не урони» - ведение мяча в средней и высокой стойке до черты.

Подвижная игра «Успей поймать!».

Малоподвижная игра «Ухо-лоб-нос».

Занятия 53-55. «Самый сильный»

Полоса препятствий (об бегание змейкой, барьеры, прыжки через фишки). Ведение мяча от бровки. Эстафеты.

Игра в футбол.

Занятия 56-57. «Прыг-скок»

Прыжки из стороны в сторону, подъем мяча, Передача мяча в тройках.

Прыжки на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева. Перебрасывание мяча друг другу через шнур. Передача мяча в тройках. Прыжки на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева.

Игровое упражнение «Головой удерживая мяч».

Подвижные игры «Охотники и звери», «Поймай мяч».

Малоподвижная игра «У кого мяч».

Игра в футбол.

Занятия 58-60. «Умей нападать – умей защищаться»

Беседа: умей нападать, умей защищаться. Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3 на 3.

Занятия 61-62. «Чему мы научились?»

Диагностика

Ведение мяча змейкой – 10 м не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой);

Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м). Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока.

Занятия 63-66. «Как волшебник»

Ознакомление с обманными движениями. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. Ведение мяча с обманными движениями. Передача мяча в парах. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги.

Подвижные игры: «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом».

Малоподвижная игра: «Жучок на спине» – формирование правильной осанки.

Игра в футбол.

Занятия 67-70. «Забью много голов»

Ведение с ударом.

Ведение с ударом по воротам. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги.

Подвижная игра «Кого назвали – тот и ловит мяч».

Игра в футбол.

Занятия 71-72. «Одна команда»

Ведение с дальнейшей передачей мяча партнёру.

Ведение и передача. Удар с отскоком. Удар с уходом вправо или влево.

Игра в футбол.

1.4. Планируемые результаты

укрепление здоровья детей;
гармонизация их физического развития;
повышение уровня двигательной активности;
формирование двигательных умений и навыков;
повышение уровня сформированности основных физических качеств;
укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях, умение чувствовать себя комфортно в большом коллективе.

Личностные (Воспитательные):

- Обучающиеся, прошедшие обучение проявляют активность, сознательность, морально-волевые качества, уверенность в своих силах, уважительно относятся к себе и окружающим.

- У воспитанников сформирован интерес к футболу и желание заниматься им, вести здоровый образ жизни.

Метапредметные (Развивающие):

К концу обучения у обучающихся

- накоплен двигательный опыт (бег, бег с изменением направления и скорости, бег спиной вперёд, бег приставными шагами, и т.д.);

- развиты физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила, гибкость)

Предметные (Обучающие):

К концу обучения у обучающихся

- сформировано представление о здоровом образе жизни, о спорте, об игре в футбол;
- имеются представления об основных правилах и принципах игры;
- сформированы первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в футбол (ведение, остановка, удар, передача)

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Содержание	Возрастные группы
	5 - 7 лет
Количество возрастных групп	1
Организованное начало и окончание образовательной деятельности	01.09.2025. – 31.05.2026.
Предельно допустимая длительность	30 мин
Недельная нагрузка	1 ч 00 мин
В том числе во 2 половину дня	1ч 00 мин
График каникул	01.01.2026.-10.01.2026.
Сроки проведения мониторинга достижения планируемых результатов освоения ДООП	10.05.2026- 25.05.2026.
Летний оздоровительный период	Каникулы 01.06.2026.- 31.08.2026. (14 недель)

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Помещение для осуществления образовательной деятельности (спортивный зал МАДОУ площадью 102 кв.м) оборудовано в соответствии с Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28.

- мячи разного веса и диаметра (детские резиновые, футбольные Тоттес);
- ворота для футбола;
- конусы-ориентиры;
- обручи;
- набивные мячи;
- дуги, скакалки, веревки средней длины, стойки.

Кадровое обеспечение: Педагог дополнительного образования

2.3. Формы аттестации

Форма отслеживания и фиксации результатов: отзывы родителей, протокол диагностики.

Форма предъявления и демонстрации представленных результатов: открытое занятие, совместные мероприятия с родителями (законными представителями)

2.4. Оценочные материалы

Система оценки реализации программы предполагает получение обратной связи:

- от детей (диагностические занятия)
- от родителей (анкетирование, отзывы).

Текущая проверка предметных знаний осуществляется без их оценки в баллах.

Способы проверки:

Проведение занятий по диагностике.

Критерии оценки

	Виды движений:	Дети 5-6 лет	Дети 6-7 лет
Элементы игры	Ведение мяча 10 м «змейкой» между конусами, расставленными на расстоянии 1,5 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внутренней или внешней стороны стопы поочередно то правой, то левой ногой)	Ведение, перемещаясь бегом, незначительные ошибки в технике ведения, 2-3 раза потерял мяч.	Ведение, перемещаясь бегом, незначительные ошибки в технике ведения, 1 раз потерял мяч.
	Удар по воротам (расстояние 4м, размеры ворот – 1х2 м): прямо и под углом 45 градусов	Из 5 ударов 4 попадания.	Из 5 ударов 5 попаданий

2.5. Методические материалы

Образовательный процесс осуществляется очно.

Форма организации образовательного процесса: групповая.

Методы и приёмы, используемые педагогом при реализации Программы

При выполнении упражнений с мячами используют следующие методы:

1. Повторный метод - заключается в многократном выполнении упражнений при сохранении содержания, величины, характера нагрузки (например, выполнение бросков мяча с одного и того же места определенным способом).
2. Интервальный метод - предполагает многократное повторение упражнения при строгой регламентации его продолжительности и пауз отдыха между повторениями.
3. Вариативный метод - предполагает выполнение одного и того же упражнения с мячами разного веса и в разных условиях (облегченных, нормальных и усложненных).
4. Метод сопряженных взаимодействий - основан на взаимосвязи развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков. Для этого используются специальные упражнения (в частности, с набивными мячами), направленные на развитие необходимых

двигательных качеств при условии их динамического соответствия биомеханическим особенностям разучиваемых на занятии двигательных действий (элементов и частей техники конкретного двигательного действия).

5. Игровой метод - характеризуется постоянным или внезапным изменением игровых ситуаций при наличии определенного сюжета и конечной цели. Он может использоваться для избирательного воздействия на отдельные физические способности занимающихся и комплексного совершенствования их двигательной активности.

6. Соревновательный метод - это специально организованные состязания с использованием мячей (малых, больших, набивных), в которых создаются условия для индивидуальной и командной борьбы. Этот метод может применяться при воспитании физических качеств, совершенствовании технических приёмов, для стимулирования интереса и активизации занимающихся. При использовании этого метода у занимающихся происходят самые высокие сдвиги в деятельности систем и функций организма.

7. Метод круговой тренировки - предусматривает выполнение серии упражнений (например, с набивными мячами) на специально подготовленных местах («станциях»). Состав упражнений подбирается с расчётом разностороннего воздействия на различные мышечные группы и физические способности занимающихся.

2.6.Список литературы для педагогов:

- Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду - М.: Просвещение, 1992.
- Бодин В.И. Игры с мячом для здоровья. – М., 1991.
- Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. – М.: Просвещение, 1981.
- Вавилова Е.Н. Развитие основных движений у детей 3-7 лет. Система работы. – М.: «Издательство Скрипторий 2013», 2017.- 160 с.
- Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры к спорту. – М., 1985.
- Веревкин М.П. «Мини-футбол на уроке физической культуры», М., Физкультура и спорт, 2016, 192 стр.
- Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. – М.: АРКТИ, 2014. – 144.
- Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Упражнения и игры с мячами: Метод. Пособие. – М: Изд-во НЦ ЭНАС, 2006. – 136 с. – (Портфель учителя).
- Николаева Н.И. Школа мяча: Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2018.- 96с., илл.
- Фисенко М.А. Автор-составитель «Физкультура», издательско-творческий дом «Корифей», Волгоград, 2019
- Фролов В.Г. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке», М., Просвещение, 2016

Список литературы для родителей и детей

- Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры.- М.: Физкультура и спорт, 2012.
- Бодин В.И. Игры с мячом для здоровья. – М., 1991.
- Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. – М.: Просвещение, 2000.

Обеспечение программы методическими видами продукции

Беседы с детьми для знакомства с игрой футбол.

1 Беседа: Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире

- Ребята, сегодня мы поговорим об одной очень увлекательной игре, а о какой – попробуйте отгадать! Знаю я секрет один:

Есть волшебный витамин.

Не едят его, не пьют,

А кидают, и бросают,

И ногами сильно бьют.

Что это за витамин?

В какой игре его бьют ногами? Правильно: футбольный мяч! Вот он, какой пестрый и красивый!

Футбол – самая древняя игра. название этой игры происходит от двух английских слов: «фут» - *ступня* и «бол» - *мяч*, т. е. в этой игре по мячу бьют ногой.

В отличие от всех других видов спорта, футбол – самый консервативный. Правила игры за 200 лет почти не изменились. В них не было двух очень существенных положений, без которых современный футбол не мыслим: 11- метрового штрафного удара, называемого *пенальти*, и судьи в поле. В прежние времена он руководил действиями футболистов с трибуны.

А какие футбольные клубы в нашей стране вы знаете? Кто из наших футболистов известен всему миру? Да, это наш вратарь Лев Яшин.

В футбол любят играть не только мальчики, но и девочки. Сейчас во многих городах появляются женские футбольные команды. Взлетит и упадет на землю мяч. И снова взлетит... статистика утверждает, что в любую секунду дня на земном шаре в воздухе одновременно находятся пятьдесят таких мячей. И один из них ваш.

2 Беседа: Учимся играть в футбол (о технике игры в футбол)

- Ребята, вы смотрели по телевизору футбольный матч вместе с папой? Вы видели, сколько болельщиков на трибунах?

И снова мы спешим на стадион –

И никуда от этого не дается.

Кто магией футбола увлечен

Того не покидает детство.

А почему футбол привлекает столько зрителей? Да потому, что футболисты, как артисты, демонстрируют свои таланты, соревнуются в умении вести мяч, бить по нему.

Хотите поиграть? Начертите на асфальте большой круг. Возьмите мяч. А теперь постарайтесь ногой вести мяч по кругу, не сходя с линии. Мяч укатился далеко за круг? Не расстраивайтесь: у вас все впереди. Если хотите стать футболистами, вы должны научиться управлять мячом, а не мяч должен управлять вами. Помогут вам мои советы.

Перемещение игрока. Играя в футбол, вы должны уметь выполнять перемещения в виде ходьбы, медленного бега, бегать лицом и спиной вперед, приставными и скрестными шагами в сторону, прыгать, владеть своим телом, внезапно останавливаться и поворачиваться во время бега и на месте.

Удары по мячу. Ударами забивают мяч в ворота соперника, ударами же передают мяч партнеру, ведут мяч.

Футболисты применяют удары по мячу ногой и головой (в старшем возрасте).

Удар внутренней стороной стопы – самый точный из всех ударов. При ударе с места надо наклонить туловище над мячом, ногу отвести для замаха назад и затем внутренней стороной стопы ударить по мячу. Такой удар можно выполнить и с разбега. Чем ниже к мячу будет приложена сила удара, тем круче вверх он поднимется, и наоборот.

Если выполняется *удар подъемом* ноги, то по мячу можно ударить серединой, внутренней и внешней частью подъема.

Удар серединой подъема отличается большой скоростью полета мяча. Он выполняется с разбега. Опорная нога ставится сбоку от мяча. У бьющей ноги носок оттянут. При ударе опорная нога приподнимается на носок, чтобы бьющая нога не задела носком землю.

Для удара внешней частью подъема нужно в момент замаха повернуть бьющую ногу носком внутрь. *Удар внутренней частью подъема* – самый распространенный. Он выполняется так же, как и серединой подъема. Но в последний перед ударом момент надо развернуть носок ноги.

Удары могут выполняться по неподвижному мячу, катящемуся, летящему и отскочившему от земли мячу. Удар по движущемуся мячу выполнить труднее, чем по неподвижному, потому что в этом случае нужно согласовывать свои движения с движениями мяча во времени и расстоянию.

Остановка катящегося мяча дает возможность игроку овладеть им и продолжать дальнейшее игровое действие: передачу, ведение мяча, удар по воротам.

Самое главное при остановке мяча – чтобы он не отскочил от ноги игрока.

При остановке катящегося мяча внутренней стороной стопы тяжесть тела приходится на опорную ногу. Останавливающая нога выносится немного вперед и при соприкосновении с мячом делает отступающее движение назад до уровня опорной. Скорость мяча гасится, и он останавливается.

Остановка катящегося мяча подошвой. Принимающая нога, согнутая в колене, выносится навстречу мячу. Носок приподнят, пятка находится над землей на расстоянии 5 – 10 см от нее. При соприкосновении с мячом принимающая нога выполняет отступающее движение назад и гасит скорость мяча. Остановить опускающийся мяч можно подошвой и внутренней стороной стопы.

Ведение мяча. Вести мяч можно как бегом, так и шагом, ударяя его одной ногой или поочередно: то правой, то левой. При ведении мяча по прямой линии наиболее удобно наносить удары внешней частью подъема стопы, а по кривой – внутренней частью подъема.

Чтобы *отобрать мяч*, нужно угадать намерение соперника, владеющего мячом, и послать ногу навстречу мячу. При этом старайтесь не толкнуть соперника, не ударить его по ноге.

Вбрасывание мяча. Если во время игры мяч ушел за линию поля, то выполняется вбрасывание мяча из-за боковой линии: взять мяч обеими руками; пальцы расставлены, ноги – в положении небольшого шага или параллельно; поднять мяч вверх, слегка прогнуться назад и потом быстро бросить его своему игроку, выпрямляя руки.

3 Беседа: Умейте нападать, умейте защищать! (техника игры в футбол).

- Вы уже многому научились из того, что должен уметь настоящий футболист. Попробуем поиграть!

В игре вы можете быть как нападающим, так и защитником.

Мяч у тебя или у игрока из твоей команды. Вы нападаете на ворота соперника. В этом случае, вы – нападающие. Ваша команда забьет гол в ворота, если вы будете *разыгрывать мяч*, т.е. передавать его друг другу, приближаясь к воротам соперника. Ура! Гол! Все получилось. Вы – настоящая команда.

Теперь мяч переходит к команде, которой вы забили гол. Задача вашей команды – защищать свои ворота, чтобы вам не забили гол. Теперь ты и твоя команда – защитники. Попробуй отобрать мяч, не толкнув соперника. Если заметил, что мяч летит или катится к игроку – сопернику, который находится недалеко от тебя, попытайся перехватить, отобрать мяч, защитить свои ворота.

Твои ворота и ворота соперника защищает вратарь. Это очень важный игрок в команде. Кроме владения основными приемами полевых игроков, он должен уметь ловить, отбивать, вводить мяч в игру.

При ловле высоко летящего мяча в прыжке вратарь одновременно с прыжком поднимает вверх прямые руки с широко расставленными пальцами. Когда мяч коснется пальцев рук, вратарь обхватывает его и прижимает к груди.

Если мяч катится по земле на вратаря, то он должен согнуть ноги, наклониться и ловить мяч прямыми руками с обращенными вперед ладонями.

Отбивают мяч в тех случаях, когда при попытке поймать его можно допустить ошибку. Отбивать лучше двумя кулаками, но, если это неудобно, можно и одним.

Ввести мяч в игру можно броском: руками вверх, сбоку, снизу, а также ударом ноги.

В ваши ворота забили гол. Поддержи вратаря, скажи ему что-нибудь ободряющее, чтобы он не пал духом. Вы – одна команда! Вам так нравится эта удивительная игра – футбол!

4 Беседа: Простейшие правила игры.

У каждой спортивной игры, будь то баскетбол, волейбол, теннис, бадминтон и др., есть свои правила. В футболе тоже есть правила, которые нужно знать.

Цель команды в игре – забить как можно больше мячей. Команда, которая забила больше мячей, считается победившей. Если не забито ни одного мяча или обе команды забили одинаковое число мячей, то игра закончена вничью.

В команде может играть по 5 – 8 человек и несколько запасных игроков, которые могут заменить кого-либо из основного состава в случае травмы. Одного из игроков команды, самого меткого, смелого, ловкого, выбирают капитаном. Каждая команда должна придумать себе название («Салют», «Спартак», «Динамо»). У игроков команд должна быть форма разного цвета (например, у одних – синие майки, у других – красные), чтобы не расшибиться при передаче мяча. Можно использовать и повязки разного цвета.

Перед началом игры проводится жеребьевка для выбора сторон поля и начального удара. Для этого можно использовать дощечку, окрашенную с одной стороны в красный, а с другой – в белый цвет.

Судья ставит мяч на землю. По сигналу один из игроков в команды, начавший игру, бьет по мячу, направляя его в сторону противника. Вторично он не имеет права касаться мяча, пока не коснутся мяча другие игроки. Игроки команды соперников не должны находиться близко к центральному кругу – они стоят не ближе двух шагов от линии круга.

Мяч считается забитым в ворота, если он полностью прошел линию ворот и при этом никто из игроков забившей команды не нарушил правила. Вратарь должен находиться за линией ворот, в поле, а не на территории ворот.

Игроки имеют право вести мяч только ногами. Передавая мяч друг другу, вы должны забить его в ворота соперника.

Задача игроков противоположной команды – не пропустить противника к своим воротам и не дать ему забить мяч.

В футболе только вратарь имеет право брать мяч в руки – остальные полевые игроки играют ногами. Одна из команд забила мяч в ворота, значит, игра возобновляется игроком команды, в ворота которой был забит мяч.

Игра может длиться до 30 минут. Время игры делится на две половины, по 15 минут каждая, с 5-минутным перерывом. После перерыва команды меняются сторонами поля, а вторую половину игры будет начинать другая команда – не та, которая начинала игру.

По окончании игры поиграйте в малоподвижную игру, чтобы привести организм в более спокойное состояние.

Судья может менять игроков в течении всей игры: может заменить вратаря, уставшего или травмированного игрока. Судья может остановить игру, если игроки берут мяч в руки, толкаются, ведут себя недисциплинированно. Мяч при этом передается противоположной команде и вводится

в игру с того места, где произошло нарушение. Если игроки обеих команд совершают нарушения одновременно, судья назначает и тем, и другим штрафной удар по неподвижному мячу (с места нарушения).

Если игрок многократно нарушал правила игры, толкался, бил играющих по ногам, судья имеет право удалить его с поля, заменить другим игроком. Такое поведение в спорте называют «грубой игрой».

Играйте дружно, поддерживайте друг друга! Помните: эта игра должна приносить радость и удовлетворение.

5 Беседа: Как избежать травматизма.

- Подготавливая место для игры, нужно осмотреть все вокруг, чтобы ничто не мешало участникам и не могло нанести им травмы.

Чтобы избежать травматизма:

- не играйте на проезжих дорогах. Игру проводите подальше от окон, клумб и грядок;
- обувь должна быть без каблуков, нетяжелой, чтобы в случае удара по ноге она не причинила боль игроку;

- в осеннее и весеннее время года одежда должна быть облегченной, удобной, не ограничивающей движения;

- учитывайте погодные условия: после дождя не стоит играть – пусть земля просохнет. Вот тогда и поиграете!

Пронумеровано, прошнуровано
и скреплено печатью
19 (девятнадцать) листов

Заведующий МАДОУ № 1
_____ А.В.Мацола