

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД «ЗАГАДКА»
(МАДОУ «ДС «ЗАГАДКА»)

Принята
Педагогическим советом
МАДОУ «ДС «Загадка»
протокол № 1
от « 31» августа 2018 г.



Утверждена
приказом директора
МАДОУ «ДС «Загадка»
Т.И. Гайдадиной
№4 от « 03» сентября 2018

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
по обучению детей дошкольного возраста футболу
«Юный футболист»

Возраст детей: 4-7 лет
Срок реализации: 3 года
Ф.И.О. руководителя: В.В.Осипов
Должность: инструктор по физической культуре

г. Новый Уренгой, 2018

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Возраст детей: 4 - 7 лет.

Срок реализации: 3 года.

Направленность: Физкультурно-спортивная.

Актуальность и новизна. Дошкольный возраст-от рождения ребенка до поступления в школу-наиболее ответственный период в развитии организма и один из важнейших в становлении личности человека .В эти годы закладываются основы здоровья, а также гармоничного нравственного, умственного и физического развития. На протяжении шестого и седьмого года жизни ребенка динамика процессов в его организме очень высока: прибывает мышечная сила, улучшается координация движения, старший дошкольник способен различать направление, скорость, амплитуду 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 и т.д.). Иначе говоря, на данном этапе создаются возможности для систематического обучения основам техники физических упражнений.

Ключевой формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности является игра. Футбол- всеми любимая и доступная для любого возраста игра, кроме этого это мощное средство продвижения и популяризации физической культуры и спорта Научные исследования игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирование умения ориентироваться в окружающей действительности.

Целью программы является достижение оптимальной двигательной активности, направленных на охрану и укрепление физического и психологического здоровья дошкольников.

Реализации этой цели будет способствовать решение **следующих задач:**

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

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа включает в себя три раздела: целевой, организационный и содержательный.

Целевой раздел раскрывает цели и задачи программы.

Организационный раздел включает режим пребывания детей 4-6 (7) лет в дошкольном учреждении, 2 раза в неделю.

Содержательный раздел

Программа состоит из блоков:

Блок «Теоретическая подготовка». В данном разделе представлен материал, дающий начальные основы знаний о собственном организме, гигиенических требованиях на учебно-тренировочных занятиях, истории физической культуры и спорта, истории развития футбола в стране.

Блок «Охрана труда и техника безопасности». Знакомит воспитанников с основными правилами техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях, спортивно-массовых мероприятиях, формирует навыки страховки и самостраховки.

Блок «Общая физическая подготовка». Содержит материал, реализация которого формирует у детей общую культуру движений, укрепляет здоровье, содействует развитию умений, развивает основные физические качества.

Блок «Специальная физическая подготовка». Представлен материал с учетом характера игровой деятельности, способствующий приобретению умений и эффективному их использованию в этой деятельности, развивающий кондиционные способности, а также всевозможные сочетания этих групп способностей у занимающихся не только при работе с мячом, но и без мяча.

Блок «Техническая подготовка», «Тактическая подготовка». Включают в свое содержание различные средства физической культуры направленные на формирование и развитие жизненно-важных двигательных навыков и умений. Специальные упражнения (индивидуальные, групповые и игровые упражнения с мячом) позволяют избирательно решать задачи обучения в отдельных элементах техники, их вариативности, различных связок и фрагментов игровой деятельности.

Блок «Соревновательная подготовка». Содержит то необходимое количество времени, в процессе которого, приобретается вся совокупность технических приемов в условиях комплексного проявления основных физических качеств и тактических действий. Участие в соревнованиях не должно быть определяющей формой работы.

Блок «Контрольные нормативы». Содержит подбор упражнений, выполнение которых позволяет тренеру определить степень усвоения учебного материала и уровень физического развития и подготовленности воспитанников.

Структура проведения занятия

I. Подготовительная часть

1. Общая разминка.
2. Специальная разминка.

II. Основная часть

Техническая подготовка

1. Техника передвижения.
2. Техника владения мячом.

Тактическая подготовка

III. Заключительная часть

Планируемые результаты освоения детьми программного материала

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности:

- имеет представление о значении занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья, о личной гигиене и закаливании;
- имеет навыки безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем и оборудованием;
- может планировать свою трудовую деятельность, отбирать материалы, необходимые для занятий, игр. Обладает навыками активного мышления, (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и пр.), ориентируется в пространстве, имеет представление о значении занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья, о личной гигиене и закаливании;
- выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);
- ознакомлен с основными элементами техники футбола:
 - техника передвижения: различные виды бега; различные виды прыжков, подскоки.
 - техника владения мячом и основные способы выполнения упражнений:
 - удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой (внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъема) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4 м;
 - остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу;
 - ведение мяча (средней и внешней частью подъема) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнеров;
 - обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот;
 - отбор мяча (отбивание ногой в выпаде);
 - вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельно расположения ступней ног на дальность, и в коридор шириной 2 м.
 - ознакомление с тактикой игры в футбол по упрощенным правилам.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Возраст детей	Количество занятий		Количество детей
	В месяц	В год	
5-6 лет	8	72	По запросу родителей
6-7 лет	8	72	По запросу родителей

Формы проведения итогов реализации программы:

- проведение тестирования, позволяющего выявить психологический настрой и возможности каждого юного футболиста;
- соревнования, непосредственно в виде игры

Учебно-практическое оборудование

1. Наличие площадки и зала для занятий.
2. Ворота.
3. Стойки для обводки.
4. Обручи гимнастические.
5. Гимнастическая стенка.
6. Гимнастические скамейки.
7. Скакалки.
8. Мячи набивные разной массы.
9. Мячи футбольные.
10. Отбивные сетки.
11. Сетки для мячей.
12. Демонстрационные пособия.
13. Таблица по технике игры в футбол.
14. Карточка «Подвижные игры с мячом»
15. Маты гимнастические.
16. Коврики гимнастические.

ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Былеева Л.А. Подвижные игры. Былеева Л.А., Яковлев В., Москва «Физкультура и спорт». 1965.
2. Голубев В.В., С.В. Голубев «Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста». Учеб. Пособие для студ. дошк. отд-ний и фак. сред. пед. учеб. заведений.-М.:Издательский центр «Академия», 1998.
3. Ежи Талага. Энциклопедия физических упражнений. М. «Физкультура и спорт», 1998.
4. Кузин В.В. 500 игр и эстафет. Под редакцией В.В. Кузина., С.А. Полиевского. М. «Физкультура и спорт». 2000.
5. Футбол. Учебник для институтов физической культуры. Под общ. Ред. М.С. Полишкина, В.А. Выжгина. М. Физкультура, образование и наука. 1999.

**Расписание по мини-футболу на 2018-2019 учебный год
тренер Осипов В.В.**

Дни недели	Время	Группы
Вторник	17.00-17.20	№№10, 11
	18.00-18.30	№№1, 7, 6
	18.40-19.10	№№8, 9, 12
Четверг	17.00-17.20	№№10, 11
	18.00-18.30	№№1, 7, 6
	18.40-19.10	№№8, 9, 12