

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ИЛАНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД № 20»

РАССМОТРЕНО  
на педагогическом совете  
МБДОУ «Иланский детский сад № 20»  
Протокол № 10 от «30» августа 2024 года

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
«Иланский детский сад № 20»  
Л.Ф. Филатова  
«30» августа 2024 года



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Азбука футбола»

Направленность программы: физкультурно–спортивная  
Уровень программы: базовый  
Возраст обучающихся: 5–7 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Автор программы:  
педагог дополнительного образования  
Разумов Алексей Евгеньевич

г. Иланский  
2024

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ИЛАНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД № 20»

РАССМОТРЕНО  
на педагогическом совете  
МБДОУ «Иланский детский сад № 20»  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_\_» августа 2024 года

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
«Иланский детский сад № 20»  
\_\_\_\_\_ Л.Ф. Филатова  
«\_\_\_» августа 2024 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Азбука футбола»

Направленность программы: физкультурно–спортивная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 5–7 лет

Срок реализации программы: 1 год

Автор программы:  
педагог дополнительного образования  
Разумов Алексей Евгеньевич

г. Иланский  
2024

## Комплекс основных характеристик программы

### Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука футбола» по содержанию является физкультурно–спортивной; по функциональному назначению – общеразвивающей; по форме организации – групповая.

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. №273–ФЗ;

- 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);

- 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 Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);

- Устав МБДОУ «Иланский детский сад №20».

Программа «Мини–футбол» – базовая, автор–педагог дополнительного образования, Разумов Алексей Евгеньевич.

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

### Новизна и актуальность

**Новизна** данной программы состоит в организационном аспекте игры в мини–футбол.

Данная программа построена на современных образовательных технологиях, которые отражены в:

- принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, результативности);

- формах и методах обучения (активных методах обучения, дифференцированного обучения, занятиях, конкурсах, соревнованиях и т.д.);

- методах контроля и управления образовательным процессом (анализе результатов деятельности детей);

- средствах обучения (перечне необходимого оборудования, инструментов и материалов в расчете на объединение обучающихся).



**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.

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.

**Педагогическая целесообразность.** 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.

Программа «Азбука футбола» 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 «Азбука футбола» 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 двух лет обучения.

### **Адресат программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука футбола» 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 (Приложение №1).

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

Наполняемость групп обучения:

Группа №1: 5 – 6 лет от 12 до 15 человек;

Группа №2: 6 – 7 лет от 12 до 15 человек.

### **Срок реализации программы и объем учебных часов**

Срок реализации образовательной программы – 1 год, 72 учебных часа.

### **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.

**Режим занятий.** Для учащихся занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу. В соответствии с СанПиН 2.4.4.3172–14 длительность одного академического часа для детей дошкольного возраста 5–7 лет – 30 минут.

**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 «базовому 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).

#### **Цель и задачи 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:

- сформировать основы знаний в области физической культуры и спорта;
- сформировать 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 тактические навыки и умения игры;
- развивать физические и специальные качества;
- укреплять здоровье;
- расширять функциональные возможности организма.

Воспитательные:

- формировать организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированность;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время;
- формировать потребность к ведению здорового образа жизни.

**Содержание программы**  
**Учебный план**

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



## Содержание учебного плана программы

### 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. Прием 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. Езда на велосипеде по гладкой и малопересеченной местности в равномерном и переменном темпе.

### **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.

### **Планируемые результаты**

#### Предметные результаты:

- знать правила игры в мини–футбол и соблюдать их;
- знать историю развития мини–футбола в мире и в России;
- знать основы здорового образа жизни, гигиены, закаливании;
- знать причины травматизма при занятии мини–футболом и правила его предупреждения;
- владеть основными приёмами игры с мячом.

#### Метапредметные результаты:

- развить физические качества с акцентом на быстроту, ловкость и координационные способности;

- уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;
- владеть широким кругом двигательных умений и навыков, в частности, освоение техники естественных движений (бег, прыжки, метания и т.д.);
- владеть теоретическими и практическими технико-тактическими навыками;
- выполнение нормы общей и специальной физической подготовке.

Личностные результаты:

- уметь взаимодействовать друг с другом во время игры;
- уметь подчинять свои интересы интересам команды;
- бережное отношение к своему здоровью.

## **Комплекс организационно–педагогических условий**

### **Условия реализации программы**

#### **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», 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.

**Формы обучения:** очная

**Формы организации образовательного процесса:**

индивидуальная, индивидуально–групповая и групповая.

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

**Кадровое обеспечение**

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.

**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.

### **Формы аттестации и 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 (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).

**Методические материалы:**

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

**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)

### Список литературы

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» М.: Просвещение, 2002г.;
2. Андреев СИ. Футбол – твоя игра. – М.: Просвещение, 1989;
3. Алексеева, Л.М. «Спортивные праздники и физкультурные досуги в ДОУ» / Л.М. Алексеева. – М.: 2005;
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. Былеева Л.А., Яковлев В. «Подвижные игры», Москва «Физкультура и спорт». 2005г.;
7. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. – М.: ФиС, 2003, с. 26–83;
8. Голомазов С.В. «Футбол: теоритические основы тренировки ловли и отражения мяча вратарями» –М.: ТВТ Дивизион, 2006г.;
9. 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.;
10. Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду». –М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009г.;
11. Коротков И.М. «Подвижные игры для детей» М., «Советская Россия», 2006г.;
12. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Э.Н. Алиев «Мини–футбол – игра для всех» / Учебно – методическое пособие. Издательство: «Советский спорт», 2007 год, 264 с.;
13. Николаева Н.И. «Школа мяча» СПб: Детство – пресс, 2012г.;
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.

### **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 5 по 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				
<b>Скоростные</b>						
1.	Бег на 10 м.					
2.	Бег на 30м.					
3.	Бег на 100м					
<b>Координационные</b>						
1.	Челночный бег 3x10м.					
<b>Скоростно-силовые способности</b>						
1.	Прыжок в длину с места					
<b>Сила</b>						
1.	Бросок набивного мяча из-за головы стоя					
<b>Умение владеть мячом</b>						
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 сек.;  
Низкий – 7,0 и более сек.

### **Челночный бег 3x10 (м):**

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 «Азбука футбола»

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

**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.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука футбола» 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.

Наполняемость группы от 10 до 12 человек.

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

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

В программе 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.

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

## **Правила игры для дошкольников**

### **Цель игры.**

Игра проводится между командами по пять игроков. Цель каждой команды в игре – забросить как можно больше мячей в ворота соперника, соблюдая при этом правила игры.

### **Участники игры.**

Каждая команда состоит из 4 играющих на площадке, 2 вратаря и нескольких запасных. Один из игроков - капитан.

### **Обмундирование**

Игроки одной команды должны иметь отличительные знаки, которые одевают на спину и грудь. Обмундирование игрока состоит из футболки, спортивных трусов, гетр, и спортивной обуви. Одежда вратаря по цвету должна отличаться от одежды игроков обеих команд.

### **Судейство.**

Педагог следит за выполнением игроками правил игры, делает замечания и дает сигналы при нарушении правил, засчитывает попадания мяча в ворота, разрешает споры.

### **Время игры.**

Продолжительность игры составляет два равных периода по 20 минут «чистого времени». Инструктор по физической культуре контролирует время игры, не останавливая часов. Во время перерыва и в конце игры проводится малоподвижная игра с мячом (3-4 минуты). С целью приведения организма ребенка в более спокойное состояние.

### **Результат игры**

Мяч считается забитым в ворота, если он полностью пересек линию между стойками и под перекладиной и если при этом игрок атакующей команды умышленно не внес, не вбросил и не протолкнул мяч в ворота рукой. Команда, забившая в течение всего мяча большее количество голов, считается победителем. Если не было забито ни одного мяча или команды забили одинаково количество голов, то игра считается закончившейся вничью.

### **Правила проведения игры.**

#### **Перед началом игры:**

Проводится жеребьевка для выбора сторон площадки или права начального удара. Команда по жребию получает право выбрать сторону площадки или начальный удар. По сигналу воспитателя один из игроков начинает игру ударом с места (т.е. ударом ногой по неподвижному мячу, лежащему в центре площадки), мяч при этом должен быть направлен на половину площадки соперников. Все игроки должны находиться на своей половине площадки. Игрок, выполнивший начальный удар, не имеет права вторично коснуться мяча раньше кого-либо из остальных игроков. После забитого мяча игра возобновляется так же, как и в начале игры, той командой, в ворота которой был забит гол.

После перерыва между таймами команды меняются сторонами площадки, и начальный удар выполняется игроком той команды, которая не

производила его в начале игры. Если игрок, выполнивший начальный удар, вторично касается мяча раньше кого-либо из остальных игроков, то судья должен остановить игру и назначить свободный удар, который пробивается игроком противоположной команды с места, где произошло вторичное касание. Мяч, забитый в ворота непосредственно с начального удара, не засчитывается. При розыгрыше «спорного мяча» судья, взяв мяч в руки, дает ему возможность затем упасть на площадку. Мяч считается в игре после того, как он коснется площадки. Если при этом мяч выйдет за пределы площадки прежде, чем коснется ее поверхности, то судья должен повторить розыгрыш «спорного мяча». Ни один из игроков не должен касаться мяча до тех пор, пока он не коснется площадки. При несоблюдении этого условия розыгрыш «спорного мяча» повторяется.

### **Мяч в игре и вне игры**

Мяч считается вышедшим из игры:

1. Он полностью пересек линию ворот или боковую линию по поверхности площадки или воздуху;

2. Игра остановлена судьей.

В течение всего остального времени, от начала до окончания матча, мяч считается в игре, в том числе и в тех случаях, когда:

3. Мяч отскакивает на площадку от стойки ворот или от перекладины;

4. Мяч попадает в судью, находящегося в пределах площадки;

5. Произошло нарушение правил, но судья еще не остановил игру.