

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 общеразвивающего вида Калининского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 4
Калининского района
протокол от 30.08.2024 № 01

УТВЕРЖДАЮ
И.о. заведующей ГБДОУ детского сада № 4
Калининского района Санкт-Петербурга
С.А. Васюкович
Приказ от 30.08.2024 № 33-А

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«МИНИ-ФУТБОЛ»**

Срок реализации: 1 год

Разработчики программы:
Даванов Сергей Юрьевич
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Воспитание физических качеств содействует всестороннему развитию личности ребенка, достижению высокой устойчивости организма к социально – экологическим условиям современного мира, повышению его адаптивных свойств, что требует физических, энергетических и эмоциональных затрат.

П.Ф. Лесгафт выявил решающее значение мышц в формировании суставных поверхностей, разрабатывая закономерности анатомического строения мышц, костей и суставов и их функциональных особенностей. В младшем дошкольном возрасте начинается развитие способности переносить статичные нагрузки, формируются умения самостоятельно и творчески использовать двигательные средства.

Игра в футбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств, а также является благотворной двигательной активностью, направленной на работу мышц, обеспечивает подвижность суставов для правильного роста и развития костей.

Данная программа позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся (воспитанников), формируя у них целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное - воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности. Технические приемы, тактические действия и игра в мини-футболе таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей.

Направленность - Физкультурно - спортивная

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть дошкольников занимается физическими упражнениями лишь на занятиях физической культуры в детском саду. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа дошкольников к систематическим занятиям для повышения уровня физической подготовленности, которые будут благотворно влиять на укрепление организма и всестороннее физическое развитие ребенка.

Новизна

Назрела острая необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким,

сильным, смелым. Решение этой проблемы мы видим в игре в футбол. Игра в футбол динамична и эмоциональна, способствуют 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).

Занятия проводятся 1 раз в неделю во второй половине дня. Продолжительность 30 минут, 1 час равен 30 минутам.

Цель - Развитие двигательной деятельности у детей дошкольного возраста за счет углубленного изучения спортивной игры «Мини-футбол».

Задачи старшего дошкольного возраста (6-7 лет)

1. Формировать представление о здоровом образе жизни, о спорте, об игре в футбол - ознакомить с основными правилами и принципами игры - накапливать и обогащать двигательный опыт детей (бег, бег с изменением направления и скорости, бег спиной вперед, бег приставными шагами, и т.д.)
2. Формировать первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в футбол (ведение, остановка, удар, передача) - содействовать в развитии физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, сила, гибкость)
3. Способствовать воспитанию активности, сознательности, морально-волевых качеств, уверенности в своих силах, уважительного отношения к себе и окружающим.
4. Содействовать всестороннему и гармоничному развитию личности ребёнка.
5. Развивать физические качества дошкольников.
6. Укреплять здоровье детей дошкольного возраста за счет повышения их двигательной активности.

Планируемые результаты:

- оценивают поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивают конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умеют выражать свои эмоции;

- понимают эмоции других людей, сочувствуют, сопереживают;
- выполняют требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- контролируют и регулируют функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, управляют своими эмоциями;
- знают технические приемы и тактические взаимодействия, владея техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам, владеют игровыми ситуациями на поле, основам судейства.

Возрастные особенности детей 6 - 7 лет.

В целом ребенок 6-7 лет осознает себя как личность, как самостоятельный субъект деятельности и поведения. Дети способны давать определения некоторым моральным понятиям и достаточно тонко их различать. Они могут совершать позитивный нравственный выбор не только в воображаемом плане, но и в реальных ситуациях. Их социально-нравственные чувства и эмоции достаточно устойчивы. Поведение ребенка начинает регулироваться также его представлениями о том, что хорошо и что плохо. С развитием морально-нравственных представлений напрямую связана и возможность эмоционально оценивать свои поступки. Ребенок испытывает чувство удовлетворения, радости, когда поступает правильно, хорошо, и смущение, неловкость, когда нарушает правила, поступает плохо. Общая самооценка детей представляет собой глобальное, положительное недифференцированное отношение к себе, формирующееся под влиянием эмоционального отношения со стороны взрослых. К концу дошкольного возраста происходят существенные изменения в эмоциональной сфере. С одной стороны, у детей этого возраста более богатая эмоциональная жизнь, их эмоции глубоки и разнообразны по содержанию. С другой стороны, они более сдержанны и избирательны в эмоциональных проявлениях. Сложнее и богаче по содержанию становится общение ребенка со взрослым. По-прежнему нуждаясь в доброжелательном внимании, уважении взрослого и сотрудничестве с ним, ребенок стремится как можно больше узнать о нём, причём круг интересов выходит за рамки конкретного повседневного взаимодействия. Для ребенка чрезвычайно важно делать все правильно и быть хорошим в глазах взрослого. Большую значимость для детей 6-7 лет приобретает общение между собой. Их избирательные отношения становятся устойчивыми, именно в этот период зарождается детская дружба. В играх дети 6-7 лет способны отражать достаточно сложные социальные события — рождение ребёнка, свадьба, праздник, и др. Дети этого возраста могут по ходу игры брать на себя две роли, переходя от исполнения одной к исполнению другой. Они могут

вступать во взаимодействие с несколькими партнёрами по игре, исполняя как главную, так и подчинённую роль. В 6-7 лет у детей увеличивается объём памяти, что позволяет им произвольно (т. е. без специальной цели) запоминать достаточно большой объём информации. Дети также могут самостоятельно ставить перед собой задачу что-либо запомнить. Воображение детей данного возраста становится, с одной стороны, богаче и оригинальнее, а с другой - более логичным и последовательным. Несмотря на то, что увиденное или услышанное порой преобразуется детьми до неузнаваемости, в конечных продуктах их воображения чётко прослеживаются объективные закономерности действительности. Так, например, даже в самых фантастических рассказах дети стараются установить причинно-следственные связи, в самых фантастических рисунках — передать перспективу. В этом возрасте продолжается развитие наглядно-образного мышления, которое позволяет ребёнку решать более сложные задачи с использованием обобщенных наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и обобщенных представлений о свойствах различных предметов и явлений. Действия наглядно-образного мышления (например, при нахождении выхода из нарисованного лабиринта) ребенок этого возраста, как правило, совершает уже в уме, не прибегая к практическим предметным действиям даже в случаях затруднений. Дошкольники классифицируют изображения предметов по существенным, непосредственно не наблюдаемым признакам, например, по родовидовой принадлежности (мебель, посуда, дикие животные). Удовлетворение полученным результатом к 7 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные).

К 7 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком.

В старшем возрасте продолжают совершенствоваться культурно-гигиенические навыки: умеет одеться в соответствии с условиями погоды, выполняет основные правила личной гигиены, соблюдает правила приема пищи, проявляет навыки самостоятельности. Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

Календарный учебный график старшего дошкольного возраста (6-7 лет)

№ п/п	Тема недели	Количество занятий	Месяц проведения занятия							
			X	XI	XII	I	II	III	IV	V
1	Диагностика образовательной	2	1							1

	деятельности.									
2	Тематические занятия	29	3	4	4	4	4	4	4	2
3	Итоговое открытое занятие	1								1
Итого		32	По 30 мин =960 мин, 16 ч							

Режим занятий старшего дошкольного возраста (6-7 лет)

Количество занятий за неделю	Количество занятий в месяц	Количество занятий в год
1	4	32
Длительность занятий	Количество часов в месяц	Общее количество часов в год
30 мин	2 часа	16 часов

Технологии и методы работы с детьми

Ведущей формой организации обучения является групповая.

Содержание программы ориентировано на добровольные одновозрастные группы детей. В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам: смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях; смена личностных интересов и запросов воспитанников.

Способы проверки знаний и умений:

- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
- участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях;
- открытые занятия

Формы работы с детьми и подведение итогов:

- Подгрупповые игровые занятия.
- Обобщающие занятия.
- Занятия – беседы.
- Наблюдения педагога.
- Сюжетные игровые ситуации.
- Открытые игровые занятия для родителей.

Принципы проведения:

1. Принцип научности – построение образовательной деятельности в соответствии с закономерностями социализации, психического и физического развития ребенка.
2. Принцип систематичности – непрерывность, планомерность всего курса занятий.
3. Принцип постепенности – использование правил: «от известного к неизвестному», «от простого к сложному».
4. Принцип индивидуальности – при работе учитывать физиологическую и психологическую стороны развития каждого ребенка.
5. Принцип доступности – материал должен быть легким, гарантирующим свободу в учении и одновременно трудным, чтобы стимулировать мобилизацию сил детей. Умелое соблюдение принципа доступности – залог оздоровительного эффекта.
6. Принцип учета возрастного развития движений – степень развития основных движений у ребенка, его двигательных навыков.
7. Принцип чередования нагрузки – предупреждение утомления детей, чередование нагрузки и отдыха.
8. Принцип зрительной наглядности – демонстрация движений.
9. Принцип сознательности и активности – формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых движений, привитие навыков самоконтроля, самокоррекции действий, развитие сознательности, инициативы и творчества.

Учебный план старшего дошкольного возраста (6-7 лет)

№	Тема	Количество часов	Форма контроля
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности	1	Результаты педагогических наблюдений
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	
3	Техническая подготовка	8	
4	Общая физическая подготовка	6	
5	Специальная физическая подготовка	6	
6	Игровая подготовка	6	
7	Инструкторская и судейская практика	1	
8	Соревнования	2	
9	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	1	
		32 часа	

Содержание программы старшего дошкольного возраста (6-7 лет)

Тема занятия		Содержание
1	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)
2	Техника безопасности при игре в футбол	Беседа: как избежать травматизма. Ведение мяча по прямой, змейкой. Удары в цель. Игра в футбол.
3	Правила игры	Беседа: простейшие правила игры, Вспомнить основные элементы техники игры. Игра в футбол
4	Перебрасывание мяча из-за головы	Перебрасывание мяча друг другу стоя способ из-за головы, стоя способ снизу (расстояние 3-4 м). Метание малого мяча в вертикальную цель, в броске мяча вверх и ловле его двумя руками. Игр.упр.: «Подскок», «Толкни поймай», «Головой удерживая мяч». П/и.: «Воевода». Игра в футбол., «Подскок», «Мяч в обруч». Игра в футбол
5	Перебрасывание мяча снизу	Перебрасывание мяча друг другу стоя способ снизу (расстояние 3-4 м). Метание малого мяча вдаль правой и левой рукой. Игр. упр.: «Подскок», «Толкни – поймай». П/и.: «Воевода». Игра в футбол.
6	Бросание мяча разными способами	Бросание мяча друг другу в перед вверх от головы двумя руками в приседе. Бросок мяча двумя руками от груди в стену и ловля его партнером, стоящим сзади.
7		Ведение мяча по прямой Отбивание мяча об стенку с хлопком. Игр. упр.: «Отбивалки», П/и.: «Летучий мяч». , «Незадень предмет» , «Быстро за мячом» . П/и.: «Защита крепости» . Игра в футбол.
8	Ведение с остановкой и изменением скорости	Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях, спиной друг к другу. Ведение мяча с остановкой и изменением скорости. Игр.упр. : «Переноска мячей» . П/и: «Играй , играй , мяч не теряй» . М/п игра «Повтори-ка».

9	Скоростное ведение по прямой	Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Бросок мяча двумя руками от груди в стену и ловля его партнером, стоящим сзади. Ведение мяча по прямой. Игр. упр.: «Не задень предмет», «Быстро за мячом». П/и.: «Защита крепости». Игра в футбол.
10	Скоростное ведение с изменением направления	Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом. Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Ведение с изменением направления. Игр. упр.: «Передал-садись». П/и.: «Успей поймать». Игра в футбол.
11	Техника передвижения, скоростное ведение	Бег через набивные мячи. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Ведение мяча с изменением направления. Игр. упр. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой, «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. П/и. «Пустое место» (пятнашки с вызовом). Игра в футбол.
12	Ведение мяча, удары по неподвижному мячу	Ведение мяча между ориентирами. Удары по неподвижному мячу. Игр. упр. «Подвижная цель» - дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в водящего, «Чей мяч дальше?». П/и. «Разноцветный мячик». М/п игра «Тик-так».
13	Техника передвижения, передача мяча	Бег по прямой и спиной вперед. Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр. упр.: «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед, «Футбол вдвоем» - игра в парах: прием мяча - игровая задача - не потерять мяч, ведение мяча с передачи. П/и «Мяч и веревка». М/п игра «Будь внимательным».
14	Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу	Передача мяча друг другу в движении. Удары по воротам; удар мяча о стену и обратно. Игр. упр. «Точный удар», «Кто больше отобьет». П/и. «Пятнашки». Игра в футбол.
15	Ведение мяча восьмеркой, передачи мяча	Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Ведение мяча парами. Передача мяча ногой по кругу. Игр. упр. «Ведение мяча парами», «Забей в ворота». П/и. «Мяч с топотом». Игра в футбол.
16	Техника владения мячом	Перебрасывание мяча из одной руки в другую. Отбивание мяча на месте. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками. Прокатывание мяча вперед.

		головой. Игр. упр. «Передал - садись» - броски и ловля мяча, «Светофор» - во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста. П/и «Салки с мячом». М/п игра. «Передай мяч соседу».
17	Отработка приемов нападения и защиты в футболе.	Беседа: умей нападать, умей защищаться. Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3 на 3
18	Техника владения мячом	Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча обеими руками. Бросание мяча и ловля его двумя руками. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч, П/и. «Охотники и утки». Игра в футбол.
19	Передача мяча в движении, открывание.	Передача мяча в движении. Ведение мяча. Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами (открывание). П/и. «Ловля оленей», «Мяч капитану». Игра в футбол.
20	Ведение с последующим ударом в цель	Ведение с последующим ударом в цель, с разных участков поля. Игра в футбол. Релаксация «Наедине с дождем»
21	Ведение мяча с препятствиями	Игр. упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол. Релаксация «Волшебный сон».
22	Игра в футбол по заданию	Игр. упр. « С двум я мячами», «Борьба за мяч» . Игра в футбол.
23	Ведение с обманными движениями	Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. Ведение мяча с обманными движениями. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».
24	Передача мяча в парах, открывание	Передача мяча друг другу в быстром темпе. Открывание. Игр. упр. «Лови, бросай – падать не давай», «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Меткий стрелок». П/и. «Займи свободный кружок». Игра в футбол.
25	Передача мяча в тройках, развитие равновесия	Передача мяча в тройках. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр. упр. «Кто быстрее?».

		П/игра «Пустое место». М/п игра «Мяч по кругу».
26	Передача мяча в тройках в движении	Передача мяча через сетку в парах способом из-за головы. Ползание под дугами, головой прокатывая набивной мяч. Передача мяча в тройках, в движении. П/игра «Успей перебежать». «Здравствуй, догони!». Игра в футбол.
27	Развитие координации, техника владения мячом	Бег по координационной лесенке. Футбольное путешествие. П/и. «Пятнашки с мячом», «Беспокойный мяч». М/п игра «Вызов по имени».
28	Развитие равновесия, техника владения мячом.	Ходьба по гимнастической скамье с перекладыванием малого мяча перед собой из правой руки в левую. Отбивание мяча от стены и ловля его двумя руками. Футбольное путешествие.
29	Игра по упрощенным правилам	Игра по упрощенным правилам 1 на 1 мин.
30		Игра по упрощенным правилам 4 на 4
31	Итоговое занятие	Игр. упр.: «Вышло солнце из-за речки» - бег в рассыпную, быстро построиться возле своего обруча. «Попади в корзину» - бросок мяча в корзину разными способами, с разных точек. П/и. «Гонка мячей», «У кого меньше мячей», «Займи свободный кружок». М/п игра «Ручеек с мячом».
32	Диагностика	Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороны стопы, по очереди то правой то левой ногой). Удары по воротам (расстояние 4 м.)

Материально – техническое обеспечение:

1. Мячи футбольные
2. Ориентиры для эстафеты
3. Кегли
4. Скакалки
5. Скамейки гимнастические
6. Мешочки с песком
7. Мат гимнастический
8. Обручи большого диаметра

Список литературы

- 1.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.
- 2.Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях. Авт. Алиев Эмиль, Андреев О.С Андреев С.Н. изд. Советский спорт 20014г
- 3.Теория и методика мини-футбола. Авт. В.П Губа .20016 г
- 4.Учебно-тренировочная программа по футболу для детей 6-7 лет с методическими рекомендациями. Авт. А.Я.Ситников, Л.А.Каширина. 2012 г.
5. Н.И.Николаева «Школа мяча» СПб: Детство – пресс, 2008г.
- 6.Е.Ф. Желобкович «Футбол в детском саду». –М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009г.
- 7.Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов Спортивные игры. «Академия» 2014
8. Былеева Л., Коротков И., Яковлев В.. Подвижные игры. М. «Физкультура и спорт». 2014
9. В.А.Муравьев «Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста» - М,2014 г.
10. Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича. Волгоград: Учитель, 2017г.

**Календарно-тематическое планирование
Старший дошкольный возраст (6 -7 лет)**

Тема занятия		Дата
1	Диагностика	
2	Техника безопасности при игре в футбол	
3	Правила игры	
4	Перебрасывание мяча из-за головы	
5	Перебрасывание мяча снизу	
6	Бросание мяча разными способами	
7		
8	Ведение с остановкой и изменением скорости	
9	Скоростное ведение по прямой	
10	Скоростное ведение с изменением направления	
11	Техника передвижения, скоростное ведение	
12	Ведение мяча, удары по неподвижному мячу	
13	Техника передвижения, передача мяча	
14	Передача мяча в движении, удары по катящемуся мячу	
15	Ведение мяча восьмеркой, передачи мяча	
16	Техника владения мячом	
17	Отработка приемов нападения и защиты в футболе.	

18	Техника владения мячом	
19	Передача мяча в движении, открывание.	
20	Ведение с последующим ударом в цель	
21	Ведение мяча с препятствиями	
22	Игра в футбол по заданию	
23	Ведение с обманными движениями	
24	Передача мяча в парах, открывание	
25	Передача мяча в тройках, развитие равновесия	
26	Передача мяча в тройках в движении	
27	Развитие координации, техника владения мячом	
28	Развитие равновесия, техника владения мячом.	
29	Игра по упрощенным правилам	
30		
31	Итоговое занятие	
32	Диагностика	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 651630489533221723568905051781519580762169777230

Владелец Васюкович Светлана Александровна

Действителен с 12.07.2024 по 12.07.2025