

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №1 комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА  
Решением педагогического совета  
ГБДОУ детского сада №1  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА  
Заведующим ГБДОУ детским садом №1  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
Приказ № 190 от 30.08.2024 г.  
Жоданевой О.Г. /



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
**«Школа мяча-Минифутбол»**

Программа адресована детям 3-7 лет  
Срок реализации программы 7 месяцев

Автор программы:  
Ляпунов Максим Егорович  
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2024

## 1. Целевой раздел рабочей программы

### 1.1 Пояснительная записка

Физическое воспитание - одно из необходимых условий правильного развития детей.

Статистические данные последних лет фиксируют высокую заболеваемость детского населения. Анализ показал, что это обусловлено ухудшением социально-экономической обстановки, обострением проблем рационального питания, снижением уровня здоровья родителей и детей, наследственностью. У современных детей и их родителей не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни.

Приобщение к спорту с раннего детства дает человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, четность и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы.

«Концепция модернизации российского образования» предусматривает создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей.

Полноценное физическое развитие детей возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания: природных факторов, гигиенических мероприятий и физических упражнений. Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают спортивные упражнения, а также элементы спортивных игр. Владение видами спортивных упражнений имеет важное значение для разносторонней физической подготовленности детей. В этом контексте весьма привлекательной является идея создания в ДОУ кружка по мини футболу.

Почему именно мини футбол?

В разделе физического воспитания «Программы воспитания в детском саду» действия детей с мячом включены начиная со второго года жизни. Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от группы к группе за счет введения дополнительных заданий, а также более сложных способов их выполнения. В подготовительной группе, кроме подбрасывания мяча разными способами с различными заданиями, метаний на дальность и в цель, предусмотрено формирование навыков ведения, отбивания мяча, ловли, передачи. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. Они формируют умения схватить, удержать, бросать предмет, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилия с расстоянием, развивают выразительность движения, пространственную ориентировку. В играх с мячом развиваются физические качества ребенка: быстрота, ловкость, сила. У детей дошкольного возраста еще слабо развита способность к точным движениям, поэтому любые действия с мячом оказывают положительное влияние на развитие этого качества. Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации их проведения благоприятно влияют на физическое развитие и

работоспособность ребенка. Упражнения с мячами различного веса и объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для шестилетнего ребенка готовящегося к обучению в школе. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма. При обучении игре в мини футбол используются самые разнообразные действия с мячом, что обеспечивает необходимую физическую нагрузку на все группы мышц ребенка, особенно важны мышцы, удерживающие позвоночник при формировании правильной осанки.

В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку. В игре ребенок всегда имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действий. Эмоциональность, динамичность, разнообразие действий и игровых ситуаций в мини футболе привлекают детей старшего дошкольного возраста к этой игре.

Элементарные действия игры в мини футбол могут широко использоваться начиная уже со 2 младшей группы детского сада. В занятия при этом могут включаться и игры с мячом, и специальные упражнения по закреплению навыков владения им. Обучение детей основным приемам владения мячом в игровых условиях должно иметь целью достижение благоприятного физического развития и разносторонней двигательной подготовленности детей, а также ознакомление детей с мини футболом в доступной для дошкольников форме.

Мини футбол – спортивная игра, требующая соответствующей физической, технической и тактической подготовки игроков, что достигается при помощи специальных и постоянных тренировок. Основное внимание должно быть направлено не на специальную подготовку, а на создание общих предпосылок успешного обучения спортивной игре в мини футбол. С уверенностью можно утверждать, что мини-футбол (в общем случае – игра в футбол на любой более или менее ровной площадке) – любимая игра детей.

Мини-футбол - органично развивающийся, сравнительно молодой вид спорта. Он соединяет в себе преимущества наиболее популярного во всем мире вида спорта – футбола и не требовательность к спортивным сооружениям для его повсеместного внедрения. Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы от уже существующих образовательных программ в том, что она предназначена для обучения дошкольников игре в мини футбол, занятия проходят в малогабаритном спортивном зале детского сада. Эта проблема решается нами за счет нестандартных подходов к организации занятий. В частности, многие упражнения по обучению тактике игры проводятся инструктором по физической культуре на половине площадки. Поэтому для приближения тренировочного процесса к игровым условиям возможно использовать

малогабаритный спортивный зал «в ширину», обозначая тем самым половину стандартной площадки для игры в мини футбол. Второй отличительной особенностью является то, что данная программа построена с учетом основополагающих принципов здоровьесбережения детей дошкольного возраста *принцип сознательности* – нацеливает детей на формирование понимания, интереса, осмысленного отношения к двигательной деятельности. Повышению сознательности способствует применение педагогом методических приемов, решающих проблемы здоровьесберегающих технологий педагогики оздоровления.

*принцип систематичности и последовательности* проявляется во взаимосвязи знаний, умений и навыков игры в мини футбол. Регулярность, планомерность, непрерывность в педагогическом процессе на протяжении всего периода обучения игре в мини футбол. Систематически проводимые формы организации кружковой деятельности в сочетании со здоровьесберегающими мероприятиями приучают детей соблюдать оздоровительно-воспитательный режим.

*принцип постепенности* предполагает преемственность ступеней обучения ребенка игре в мини футбол.

*принцип индивидуализации* осуществляется на основе здоровьесберегающих технологий.

*принцип непрерывности* выражает закономерности построения целостного педагогического процесса.

*принцип цикличности* способствует упорядочению процесса обучения игре в мини футбол. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность ребенка к каждому последующему этапу обучения.

*принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей* детей является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе обучения игре в мини футбол.

*принцип активности* предполагает у детей степень подвижности, самостоятельности инициативы и творчества в процессе построения игры в мини футбол.

*принцип всестороннего и гармоничного развития* личности содействует развитию психофизических способностей, знаний, умений и навыков игры в мини футбол.

*комплексный подход* заключается в осуществлении преемственности между возрастными видами деятельности. Оздоровительный подход решает задачи укрепления здоровья детей в процессе обучения игре в мини футбол.

*гуманизации* – высшей ценностью является ребенок и его здоровье (Конвенция о правах ребенка, 1990г.).

*аксиологический подход* – человек является высшей ценностью, а основой его жизнедеятельности является освоение общечеловеческих ценностей, среди которых основная категория – здоровье человека.

Педагогические средства и методы программы направлены на то, чтобы каждый ребёнок нашёл себя в движениях, соответствующих его двигательным задаткам и умениям, что поможет ему самостоятельно и с чувством удовлетворения поддерживать интерес к игре в мини футбол.

Обучение детей тесно связано с их физическим и психологическим состоянием, поэтому в процессе занятий большое внимание должно уделяться формированию у дошкольников положительной устойчивой мотивации занятиям физическими упражнениями, к игре в мини футбол. Данные занятия будут способствовать выработке потребностей организма в систематической целенаправленной двигательной деятельности в течение всей жизни, что послужит в дальнейшем средством занятия спортом.

### **Адресат программы:**

Данная дополнительная образовательная услуга адресована для детей 4-7 лет.

Наполняемость групп выдержана в пределах требований СанПиН и информационного письма Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей. Минобрнауки РФ от 19.10.2006 № 06-1616 «О методических рекомендациях» (Приложение 7 «Примерная наполняемость групп»): до 10-12 человек.

### **Актуальность программы:**

**Актуальность программы** состоит в том, что приобщение к спорту с раннего детства дает человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, четность и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы, т.е. развивает качества, так необходимые ребенку во взрослой жизни.

**Педагогическая целесообразность** применения данной программы состоит в использовании более эффективных средств физического воспитания дошкольников. В ряду наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками мини-футбол занимает видное место. И это не случайно. В первую очередь, эта игра неприхотлива. В мини-футбол можно играть как на улице, так и в спортивном зале. Практически можно с успехом использовать любое ровное место. Однако, несмотря на свою простоту, эта игра обладает рядом интереснейших особенностей, делающих ее особенно привлекательной именно для дошкольников. Во-первых, здесь каждый игрок чаще соприкасается с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в мини-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. Вот почему сегодня в мини-футбол с увлечением играют не только мальчики, но и девочки.

В основе реализации программы используются разнообразные **формы и методы** работы с дошкольниками:

словесный,

наглядной демонстрации,

отработка упражнений

Педагогические средства и методы программы направлены на то, чтобы каждый ребёнок нашёл себя в движениях, соответствующих его двигательным задаткам и умениям, что поможет ему самостоятельно и с чувством удовлетворения поддерживать интерес к игре в мини футбол.

Обучение детей тесно связано с их физическим и психологическим состоянием, поэтому в процессе занятий большое внимание уделяется формированию у дошкольников положительной устойчивой мотивации к занятиям физическими упражнениями, к игре в мини футбол. Данные занятия способствуют выработке потребностей организма в систематической целенаправленной двигательной деятельности в течение всей жизни, что послужит в дальнейшем средством занятия спортом.

### **Отличительные особенности программы:**

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).

### **Объем и срок освоения программы:**

Срок освоения программы:

7 месяцев (октябрь 2024 - апрель 2025 года).

Занятия начинаются с 1 октября по 30 апреля.

Объем программы – 29 учебных недель (28 учебных часов).

### ***Режим занятий***

- периодичность и продолжительность занятий — 1 раз в неделю по 15 минут (младшая группа) 1 раз в неделю по 20 минут (средняя группа) 25 минут (старший дошкольный образ) и 30 минут (подготовительный к школе возраст) на одно занятие, ввиду того, что большую часть времени отводится на практическую часть занятия.

## **1.2. Цели и задачи программы:**

**Цель программы** – обучение навыкам игры в мини футбол и развитие активных двигательных способностей и психических качеств детей дошкольного возраста.

Обучение дошкольников, занимающихся в кружке мини футбола, составляют единый педагогический процесс, задачами которого являются:

*Образовательные задачи:*

Развивать двигательные (мышечная сила, быстрота и т.д.) и психические (ощущения, восприятия, представления, внимание, память на движения и др.) способности детей дошкольного возраста.

Развивать морально-волевые качества дошкольников для решения поставленных задач в условиях соревновательного процесса.

Создать условия для усвоения первоначальных знаний в области мини футбола.

Обучать технико-тактическим приемам игры на основе базовых элементов, развитию двигательных навыков.

*Воспитательные задачи:*

Формировать мотивацию здорового образа жизни.

Содействовать всестороннему и гармоничному развитию личности ребёнка.

*Оздоровительные задачи:*

Развивать физические качества дошкольников.

Укреплять здоровье детей дошкольного возраста за счет повышения их двигательной активности.

Формировать социальное партнерство между преподавателями-тренерами и родителями в здоровье-сберегающей сфере.

Актуализировать потребности детей в самопознании, саморазвитии, самосовершенствовании и формированию здоровья собственными силами.

### **1.3. Планируемые результаты**

Учащиеся прошедшие полный курс по данной программе получают сведения об игре в футбол, ее специфике и особенностях. По окончании обучения по программе учащиеся получают представления о футбольной технике и игре в целом во всех ее аспектах, смогут продемонстрировать свои умения на поле, а также поймут, что игра в футбол это интеллектуальная игра, в которой необходимо мыслить.



### Предметные результаты:

- Знать об основных правилах игры в футбол;
- Знать о способах движений и передвижений в футболе;
- Уметь выполнять удары по воротам с обеих ног;
- Уметь самостоятельно проводить разминку перед занятием;
- Знать об особенностях физической подготовки (офп и спф);
- Уметь останавливать мяч при передачах и ударах;
  
- Выполнять жонглирование мячом;
- Знать о правилах поведения на поле во время матча;
- Иметь запас футбольных финтов и уметь с их помощью обыгрывать игроков;
- Знать об особенностях футбольных покрытий.

### Метапредметные результаты:

Метапредметные результаты	Способ достижения (виды заданий и упражнений)
-умение активно включаться в работу; -умение классифицировать, выделять главное.	- построение, строевые упражнения, перестроения. - учащимся предлагается расположить задачи по степени их важности для достижения поставленной цели.
-умение пользоваться источниками информации; - умение определять понятия, обобщать данные, систематизировать и анализировать.	- учащимся предлагается по спортивному инвентарю, разложенному на полу, назвать виды спорта, в которых он используется. (волейбол, баскетбол, футбол); - учащимся предлагается назвать значение английских слов «ball» (мяч), «foot» (нога); - учащимся предлагается из предложенных карточек с названиями физических качеств, выбрать те, которые воспитываются в футболе.
- развитие навыков самоконтроля и мотивации саморазвития;  - формировать способность анализировать и находить	- при проведении разминки учащимся предлагается ответить на вопрос: «Как вы считаете, для чего мы делаем разминку?»; самостоятельное проведение разминки (под наблюдением педагога) - учащимся предлагается подумать, какие бывают передачи в футболе;

ошибки; - формирование навыков взаимодействия.	- игра «не давать мяч водящему»; - игра «красное и белое»; - игра «перестрелка»
- формирование умений эффективного взаимодействия; - умение четко излагать свою идею; - умение анализировать;	- учащимся предлагается придумать и провести вместе с учителем эстафеты, используя технику ведения мяча; - учащимся предлагается ответить на вопрос: «Какие физические качества сегодня развивались?»
- развивать навыки самоконтроля; - умение излагать материал, составлять рассказ.	-выполнение утренней зарядки; -учащимся дается задание рассказать родителям о спортивных играх, и найти игры с использованием передач, ловли и ведения мяча.

### **Личностные результаты:**

Самостоятельно развивать дисциплинированность, внимательность, а также трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Позитивно оценивать свои способности и навыки в футболе;

Быть ориентированным на творческий подход в решении различных задач;

Иметь навык сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками.

Выполнять различные игровые комбинации с мячом.

#### **2.1. Организационно-педагогические условия реализации программы:**

Данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на полную реализацию в течение одного года (7 месяцев). Программа ориентирована на обучение детей 4-7 лет. Объём программы - 28 часов. Режим занятий — 1 раз в неделю по 1 академическому часу, при наполняемости 10-12 человек в группе. Программа предусматривает ознакомительный уровень освоения учебного материала, минимальную сложность задач, поставленных перед обучающимися. На занятиях используются фронтальные и групповые формы организации деятельности обучающихся; словесные, наглядные, практические методы обучения. Основными формами обучения являются занятия и практические работы. Язык реализации программы – русский. Форма обучения – очная. В обучении применяются деловые, спортивные игры, ориентированные на работу с проблемным материалом. Группы формируются по возрасту. В зависимости от интересов, обучающихся и их родителей, темы занятий программы могут меняться. Может меняться и последовательность прохождения модулей программы. Резервное время можно использовать для индивидуальной работы с отстающими и одаренными детьми, на изучение возникшей увлекательной темы.

## 2.2. Учебный план 2023-2024 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Режим занятий
1 год	01.10	28.04	28	28	3-4 лет (15 минут) 4-5 лет (20 минут) 5-6 лет (25 минут) 6-7 лет (30 минут) 1 раз в неделю во второй половине дня

## 2.3. Календарный учебный график

Возраст	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Режим занятий
3 -4 лет	01.10.2023	30.04.2023	28	1 раз в неделю во вторую половину дня 15 минут
4 -5 лет	01.10.2023	30.04.2023	28	1 раз в неделю во вторую половину дня 20 минут
5 -6 лет	01.10.2023	30.04.2023	28	1 раз в неделю во вторую половину дня

				25 минут
6-7 лет	01.10.2023	30.04.2023	28	1 раз в неделю во вторую половину дня 30 минут

#### 2.4. Календарно — тематический план

Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст	Подготовительный возраст	К о л во ча со в	Группа и дата занятий
Наименование занятия	Наименование занятия	Наименование занятия	Наименование занятия		
<i>Теоретические сведения</i> 1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол	<i>Теоретические сведения</i> 1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол	<i>Теоретические сведения</i> 1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол	<i>Теоретические сведения</i> 1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол	1	Подгот. и старшая группы 07.10.24  Средняя и младшая гр. 03.10.24
2.Правила безопасности при занятиях футболом	2.Правила безопасности при занятиях футболом	2.Правила безопасности при занятиях футболом	2.Правила безопасности при занятиях футболом	1	Подгот. и старшая группы 14.10.24  Средняя и младшая гр. 10.10.24

3. Правила поведения на занятиях футболом	3. Правила поведения на занятиях футболом	3. Правила поведения на занятиях футболом	3. Правила поведения на занятиях футболом	1	Подгот. и старшая группы 21.10.24  Средняя и младшая гр. 17.10.24
<i>Общая физическая подготовка</i> 4. Техника передвижения, основные виды движений	<i>Общая физическая подготовка</i> 4. Техника передвижения, основные виды движений	<i>Общая физическая подготовка</i> 4. Техника передвижения, основные виды движений	<i>Общая физическая подготовка</i> 4. Техника передвижения, основные виды движений	1	Подгот. и старшая группы 28.10.24  Средняя группа 24.10.24
5. Развитие координационных способностей (возраст 3-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)	5. Развитие координационных способностей (возраст 3-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)	5. Развитие координационных способностей (возраст 4-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)	5. Развитие координационных способностей (возраст 3-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)	1	Подгот. и старшая группы 11.11.24  Средняя и младшая гр. 07.11.24
6. Развитие гибкости	6. Развитие гибкости	6. Развитие гибкости	6. Развитие гибкости	1	Подгот. и старшая группы 18.11.24  Средняя и младшая гр. 14.11.24
7. Развитие силовых способностей	7. Развитие силовых способностей	7. Развитие силовых способностей	7. Развитие силовых способностей	1	Подгот. и старшая группы

					25.11.24 Средняя и младшая гр. 21.11.24
8. Развитие скоростных способностей	8. Развитие скоростных способностей	Группа Развитие скоростных способностей	8. Развитие скоростных способностей	1	Подгот. и старшая группы 02.12.24. Средняя и младшая гр. 28.11.24 3
9. Развитие скоростно-силовых способностей	9. Развитие скоростно-силовых способностей	9. Развитие скоростно-силовых способностей	9. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Подгот. и старшая группы 09.12.24 Средняя и младшая гр. 05.12.24
10. Развитие выносливости	10. Развитие выносливости	10. Развитие выносливости	10. Развитие выносливости	1	Подгот. и старшая группы 16.12.24 Средняя и младшая гр. 12.12.24
<b>Специальная физическая подготовка</b> 11. Развитие координационных способностей,	<b>Специальная физическая подготовка</b> 11. Развитие координационных способностей,	<b>Специальная физическая подготовка</b> 11. Развитие координационных способностей,	<b>Специальная физическая подготовка</b> 11. Развитие координационных способностей,	1	Подгот. и старшая группы 23.12.24 Средняя и младшая гр.

точности движений	точности движений	точности движений.	точности движений		19.12.24
12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	1	Подгот. и старшая группы 30.12.24  Средняя группа 26.12.24
13. Жонглирование	13. Жонглирование	13. Жонглирование	13. Жонглирование	1	Подгот. и старшая группы 13.01.25  Средняя и младшая гр. 09.01.25
14. Танцы с мячом	14. Танцы с мячом	14. Танцы с мячом	14. Танцы с мячом	1	Подгот. и старшая группы 20.01.25  Средняя и младшая гр. 16.01.25
<b>Техническая подготовка</b> 15. Ведение мяча	<b>Техническая подготовка</b> 15. Ведение мяча	<b>Техническая подготовка</b> 15. Ведение мяча	<b>Техническая подготовка</b> 15. Ведение мяча	1	Подгот. и старшая группы 27.01.25  Средняя и младшая гр. 23.01.25
16. Остановка мяча	16. Остановка мяча	16. Остановка мяча	16. Остановка мяча	1	Подгот. и старшая

					<p>группы 03.02.25</p> <p>Средняя и младшая гр. 30.01.25</p>
17. Прием мяча	17. Прием мяча	17. Прием мяча	17. Прием мяча	1	<p>Подгот. и старшая группы 10.02.25</p> <p>Средняя и младшая гр. 06.02.25</p>
18. Отбор мяча	18. Отбор мяча	18. Отбор мяча	18. Отбор мяча	1	<p>Подгот. И старшая группы 17.02.25</p> <p>Средняя и младшая гр. 13.02.25</p>
19. Удары по мячу	19. Удары по мячу	19. Удары по мячу	19. Удары по мячу	1	<p>Подгот. и старшая группы 24.02.25</p> <p>Средняя и младшая гр. 20.02.25</p>
20. Ведение мяча	20. Ведение мяча	20. Ведение мяча	20. Ведение мяча	1	<p>Подгот. и старшая группы 03.03.25</p> <p>Средняя и младшая гр.</p>



					27.02.25
21.Координационная лестница	21.Координационная лестница	21.Координационная лестница	21.Координационная лестница	1	Подгот. и старшая группы 10.03.25  Средняя и младшая гр. 06.03.25
22. Прыжок в длину с места (см).	22. Прыжок в длину с места (см).	22. Прыжок в длину с места (см).	22. Прыжок в длину с места (см).	1	Подгот. и старшая группы 17.03.25 Средняя и младшая гр. 13.03.25
23. Гибкость (см)	23. Гибкость (см)	23. Гибкость (см)	23. Гибкость (см)	1	Подгот. и старшая группы 24.03.25  Средняя и младшая гр. 27.03.25
<b>Техническая подготовленность:</b> 24. Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	<b>Техническая подготовленность:</b> 24. Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	<b>Техническая подготовленность:</b> 24. Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	<b>Техническая подготовленность:</b> 24. Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	1	Подгот. и старшая группы 31.03.25  Средняя и младшая гр. 03.04.25
25. Удары по мячу головой	25. Удары по мячу головой	25. Удары по мячу головой	25. Удары по мячу головой	1	Подгот. и старшая группы 07.04.25  Средняя и

					младшая гр. 10.04.25
26.Обманные движения (финты).	26.Обманные движения (финты).	Обманные движения (финты).	Обманные движения (финты).	1	Подгот. и старшая группы 14.04.25  Средняя и младшая гр. 10.04.25
27.Отбивание мяча бедром	27.Отбивание мяча бедром	27.Отбивание мяча бедром	27.Отбивание мяча бедром	1	Подгот. и старшая группы 21.04.25  Средняя и младшая гр. 17.04.25
28. Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	28. Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	28.Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	28.Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	1	Подгот. и старшая группы 28.04.25  Средняя и младшая гр. 24.04.24

## 2.5. Содержание образовательной программы.

### Младший возраст

Тема	Задачи	Кол-во часов	Оборудование и материалы

<p>1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол</p>	<p>Спортивный инвентарь и его характеристика при занятиях футболом (мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палки, разметочные фишки и др.)</p> <p>Самостоятельные занятия под наблюдением родителей.</p> <p>Терминологи футбола, название отдельных амплуа игроков, мест на поле, основные правила игры (площадка, ворота, мяч, ведение мяча, передача мяча, отбор мяча, удары по мячу).</p>	<p>1</p>	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
<p>2.Правила безопасности при занятиях футболом</p>	<p>Личная и общественная гигиена.</p> <p>Правила техники безопасности на занятиях футболом.</p> <p>Спортивные травмы способы их предупреждения.</p>	<p>1</p>	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
<p>3.Правила поведения на занятиях футболом</p>	<p>Спортивные традиции. Начальное формирование основных волевых качеств (смелость, решительность, самостоятельность и др.)</p> <p>Спортивный этикет (формирование Уважительного отношения ко всем участникам тренировочного процесса)</p>	<p>1</p>	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
<p>4.Техника передвижения основные виды движений</p>	<p>Ходьба, бег, лазание и ползание, катание, бросание, ловля, метание, прыжки, строевые упражнения.</p> <p>Обучение бегу лицом вперед, бегу спиной вперед, бегу приставным шагом, прыжкам толчком одной и двумя ногами, повороты на месте и в движении, остановка, бег с</p>	<p>1</p>	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>

	<p>ускорением.</p> <p>Подвижные игры («салки», «снежинки», «космонавты», «сороконожка» и др.)</p>		
<p>5. Развитие координационных способностей (возраст 3-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с предметами и без них.</p> <p>Упражнения в равновесии.</p> <p>Упражнения с мячами разного размера. Бег с изменением направления, с</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
<p>6. Развитие гибкости</p>	<p>Пружинящие наклоны, махи руками и ногами с постепенным увеличением амплитуды движения.</p> <p>ОРУ с предметами, без предметов, с мячами.</p> <p>Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и др. («колечки», «передача мячей в колоннах», «эстафета с лазанием и перелазанием», «построить мост» и др.)</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
<p>7. Развитие силовых способностей</p>	<p>Упражнения для развития мышц верхнего плечевого пояса, спины и брюшного пресса.</p> <p>Упражнения на отдельные группы мышц с собственной массой тела в игровой форме.</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>

	Подвижные игры («перетягивание в парах», «тяни в круг», «сорви дыню», «кто дальше бросит», «метко в цель» и др.)		
8. Развитие скоростных способностей	Эстафеты. Игровые упражнения на развитие простых и сложных психомоторных реакций. Быстроту одиночного движения. Подвижные игры («маскировка в колоннах», «птица без гнезда», «салки», «рыбачок», «к своим флажкам», «бери и убегай» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
9. Развитие скоростно-силовых способностей	Прыжки. Метание предметов. Подвижные игры («зайцы в огороде», «прыгающие воробушки», «цапля», «через кочки и пенечки», «волк во рву», «удочка», «скакуны» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
10. Развитие выносливости	Бег на время, например, 1-2 минуты. Подвижные игры с кратковременными повторяющимися действиями; игры с бегом; игры с прыжками («догони тренера», «гонки с выбыванием», «перемена мест»).	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
11. Развитие координационных способностей, точности	Выполнение упражнений с помощью различного инвентаря (координационная лестница и т.д.). Удары по мячу на точность. Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола,	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

движений	например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.		
12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	Подвижные игры («домики», «кошки- мышки», «прогулка», «звоночек», «змейки», «птица без гнезда» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
13. Жонглирование	Подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
14. Танцы с мячом	Работа с голеностопом, различные упражнения: перекатывание мяча с пятки на носок, с внешней стороны стопы на внутреннюю сторону стопы, упражнения выполняемые рядом с мячом, через мяч, около мяча, касаясь мяча разными частями ноги и др. (например, такие упражнения как: перешагивание мяча вперед - назад, влево - вправо, касаясь мяча различными частями тела - носком, пяткой, коленом и т. д.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
15. Ведение мяча	Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи,

	<p>Ведение мяча по прямой с максимальной скоростью.</p> <p>Ведение мяча со сменой направления.</p> <p>Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой».</p> <p>Ведение мяча подошвой.</p> <p>Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.</p>		<p>гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
16. Остановка мяча	<p>Остановка мяча различными частями тела по сигналу тренера.</p> <p>Удержание мяча стопой.</p> <p>Подвижные игры («замри», «повтори за тренером» и др.)</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
17. Прием мяча	<p>Прием мяча, катящегося и прыгающего, подошвой и внутренней стороной стопы.</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
18. Отбор мяча	<p>Отбор мяча у соперников (в парах, в группах).</p> <p>Подвижные игры («нападающие из защитники», «властелин кольца» и др.)</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
19. Удары по мячу	<p>Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу.</p> <p>Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера.</p> <p>Подвижные игры, например</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>

	«волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.		
20. Ведение мяча	<p>Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка.</p> <p>Ведение мяча по прямой с максимальной скоростью. Ведение мяча со сменой направления.</p> <p>Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой». Ведение мяча подошвой.</p> <p>Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
21. Координационная лестница	Преодолеть координационную лестницу за наименьшее количество времени, выполняется по сигналу тренера, время засекается с того момента как ребенок начал выполнять, на палочки и веревочки наступать нельзя. Как только лестница пройдена секундомер останавливается.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
22. Прыжок в длину с места (см)	<p>1. Развивать мелкую моторику.</p> <p>2. Совершенствовать эстетическое восприятие природных явлений.</p> <p>3. Способствовать навыкам добиваться четкого и аккуратного изображения.</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
23. Гибкость (см)	И.п. сидя на полу, наклон к носкам, колени прямые. Зафиксировать положение на 5 секунд.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки,



			разметочные фишки и др.
24. Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	Удар ногой по неподвижному мячу с расстоянием двух метров в ворота шириной 60-65 см.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
25. Удары по мячу головой	Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу. Удар по мячу в движущуюся цель, например в ворота или тренера. Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
26. Обманные движения (финты).	Отбор мяча у соперников (в парах, в группах). Подвижные игры («нападающие и защитники», «властелин кольца» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
27. Отбивание мяча бедром	Поочередное подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
28. Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	Удары по мячу на точность. Отбивания мяча разными способами. Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола,		Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

	например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.		фишки и др.
--	--	--	-------------

### Средний возраст

Тема	Задачи	Кол-во часов	Оборудование и материалы
1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол	<p>Спортивный инвентарь и его характеристика при занятиях футболом (мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палки, разметочные фишки и др.)</p> <p>Самостоятельные занятия под наблюдением родителей.</p> <p>Терминологи футбола, название отдельных амплуа игроков, мест на поле, основные правила игры (площадка, ворота, мяч, ведение мяча, передача мяча, отбор мяча, удары по мячу).</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
2.Правила безопасности при занятиях футболом	<p>Личная и общественная гигиена.</p> <p>Правила техники безопасности на занятиях футболом.</p> <p>Спортивные травмы способы их предупреждения.</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
3.Правила поведения на занятиях	Спортивные традиции. Начальное формирование основных волевых качеств (смелость, решительность,	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки,

футболом	самостоятельность и др.) Спортивный этикет (формирование Уважительного отношения ко всем участникам тренировочного процесса)		разметочные фишки и др.
4. Техника передвижения основные виды движений	Ходьба, бег, лазание и ползание, катание, бросание, ловля, метание, прыжки, строевые упражнения.  Обучение бегу лицом вперед, бегу спиной вперед, бегу приставным шагом, прыжкам толчком одной и двумя ногами, повороты на месте и в движении, остановка, бег с ускорением.  Подвижные игры («салки», «снежинки», «космонавты», «сороконожка» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
5. Развитие координационных способностей (возраст 3-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)	Общеразвивающие упражнения с предметами и без них.  Упражнения в равновесии.  Упражнения с мячами разного размера. Бег с изменением направления, с	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
6. Развитие гибкости	Пружинящие наклоны, махи руками и ногами с постепенным увеличением амплитуды движения.  ОРУ с предметами, без предметов,	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные

	<p>с мячами.</p> <p>Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и др. («колечки», «передача мячей в колоннах», «эстафета с лазанием и перелазанием», «построить мост» и др.)</p>		фишки и др.
7. Развитие силовых способностей	<p>Упражнения для развития мышц верхнего плечевого пояса, спины и брюшного пресса.</p> <p>Упражнения на отдельные группы мышц с собственной массой тела в игровой форме.</p> <p>Подвижные игры («перетягивание в парах», «тяни в круг», «сорви дыню», «кто дальше бросит», «метко в цель» и др.)</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
8. Развитие скоростных способностей	<p>Эстафеты.</p> <p>Игровые упражнения на развитие простых и сложных психомоторных реакций.</p> <p>Быстроту одиночного движения.</p> <p>Подвижные игры («маскировка в колоннах», «птица без гнезда», «салки», «рыбачок», «к своим флажкам», «бери и убегай» и др.)</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
9. Развитие скоростно-силовых способностей	<p>Прыжки. Метание предметов.</p> <p>Подвижные игры («зайцы в огороде», «прыгающие воробушки», «цапля», «через кочки и пенечки», «волк во рву», «удочка», «скакуны» и др.)</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

10. Развитие выносливости	Бег на время, например, 1-2 минуты.  Подвижные игры с кратковременными повторяющимися действиями; игры с бегом; игры с прыжками («догони тренера», «гонки с выбыванием», «перемена мест»).	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
11. Развитие координационных способностей, точности движений	Выполнение упражнений с помощью различного инвентаря (координационная лестница и т.д.).  Удары по мячу на точность.  Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола, например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	Подвижные игры («домики», «кошки-мышки», «прогулка», «звоночек», «змейки», «птица без гнезда» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
13. Жонглирование	Подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

14. Танцы с мячом	Работа с голеностопом, различные упражнения: перекачивание мяча с пятки на носок, с внешней стороны стопы на внутреннюю сторону стопы, упражнения выполняемые рядом с мячом, через мяч, около мяча, касаясь мяча разными частями ноги и др. (например, такие упражнения как: перешагивание мяча вперед - назад, влево - вправо, касаясь мяча различными частями тела - носком, пяткой, коленом и т. д.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
15. Ведение мяча	<p>Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка.</p> <p>Ведение мяча по прямой с максимальной скоростью.</p> <p>Ведение мяча со сменой направления.</p> <p>Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой».</p> <p>Ведение мяча подошвой.</p> <p>Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
16. Остановка мяча	<p>Остановка мяча различными частями тела по сигналу тренера.</p> <p>Удержание мяча стопой.</p> <p>Подвижные игры («замри», «повтори за тренером» и др.)</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
17. Прием мяча	Прием мяча, катящегося и прыгающего, подошвой и внутренней стороной стопы.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки,

			разметочные фишки и др.
18. Отбор мяча	Отбор мяча у соперников (в парах, в группах).  Подвижные игры («нападающие и защитники», «властелин кольца» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
19. Удары по мячу	Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу.  Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера.  Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
20. Ведение мяча	Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка.  Ведение мяча по прямой с максимальной скоростью. Ведение мяча со сменой направления.  Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой». Ведение мяча подошвой.  Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
21. Координационная лестница	Преодолеть координационную лестницу за наименьшее количество времени, выполняется по сигналу тренера, время засекается с того момента как ребенок начал выполнять, на палочки и веревочки наступать	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

	нельзя. Как только лестница пройдена секундомер останавливается.		
22.Прыжок в длину с места (см)	1.Развивать мелкую моторику. 2.Совершенствовать эстетическое восприятие природных явлений. 3.Способствовать навыкам добиваться четкого и аккуратного изображения.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
23.Гибкость (см)	И.п. сидя на полу, наклон к носкам, колени прямые. Зафиксировать положение на 5 секунд.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
24.Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	Удар ногой по неподвижному мячу с расстояние двух метров в ворота шириной 60-65 см.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
25. Удары по мячу головой	Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу. Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера. Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
26. Обманные движения (финты).	Отбор мяча у соперников (в парах, в группах). Подвижные игры («нападающие и защитники», «властелин кольца» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные



	др.)		фишки и др.
27.Отбивание мяча бедром	Поочередное подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
28.Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	Удары по мячу на точность. Отбивания мяча разными способами. Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола, например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.		Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

### Старший дошкольный возраст

Тема	Задачи	Кол-во часов	Оборудование и материалы
1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол	Спортивный инвентарь и его характеристика при занятиях футболом (мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палки, разметочные фишки и др.) Самостоятельные занятия под наблюдением родителей. Терминологи футбола, название	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

	отдельных амплуа игроков, мест на поле, основные правила игры (площадка, ворота, мяч, ведение мяча, передача мяча, отбор мяча, удары по мячу).		
2.Правила безопасности при занятиях футболом	Личная и общественная гигиена. Правила техники безопасности на занятиях футболом. Спортивные травмы способы их предупреждения.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
3.Правила поведения на занятиях футболом	Спортивные традиции. Начальное формирование основных волевых качеств (смелость, решительность, самостоятельность и др.) Спортивный этикет (формирование Уважительного отношения ко всем участникам тренировочного процесса)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
4.Техника передвижения основные виды движений	Ходьба, бег, лазание и ползание, катание, бросание, ловля, метание, прыжки, строевые упражнения. Обучение бегу лицом вперед, бегу спиной вперед, бегу приставным шагом, прыжкам толчком одной и двумя ногами, повороты на месте и в движении, остановка, бег с ускорением. Подвижные игры («салки», «снежинки», «космонавты», «сороконожка» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
5. Развитие координационных	Общеразвивающие упражнения с предметами и без них. Упражнения в равновесии.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические

способность ей (возраст 3-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)	Упражнения с мячами разного размера. Бег с изменением направления, с		палочки, разметочные фишки и др.
6. Развитие гибкости	<p>Пружинящие наклоны, махи руками и ногами с постепенным увеличением амплитуды движения.</p> <p>ОРУ с предметами, без предметов, с мячами.</p> <p>Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и др. («колечки», «передача мячей в колоннах», «эстафета с лазанием и перелазанием», «построить мост» и др.)</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
7. Развитие силовых способностей	<p>Упражнения для развития мышц верхнего плечевого пояса, спины и брюшного пресса.</p> <p>Упражнения на отдельные группы мышц с собственной массой тела в игровой форме.</p> <p>Подвижные игры («перетягивание в парах», «тяни в круг», «сорви дыню», «кто дальше бросит», «метко в цель» и др.)</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
8. Развитие скоростных способностей	<p>Эстафеты.</p> <p>Игровые упражнения на развитие простых и сложных психомоторных</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки,

ей	реакций. Быстроту одиночного движения. Подвижные игры («маскировка в колоннах», «птица без гнезда», «салки», «рыбачок», «к своим флажкам», «бери и убегай» и др.)		разметочные фишки и др.
9. Развитие скоростно-силовых способностей	Прыжки. Метание предметов. Подвижные игры («зайцы в огороде», «прыгающие воробушки», «цапля», «через кочки и пенечки», «волк во рву», «удочка», «скакуны» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
10. Развитие выносливости	Бег на время, например, 1-2 минуты. Подвижные игры с кратковременными повторяющимися действиями; игры с бегом; игры с прыжками («догони тренера», «гонки с выбыванием», «перемена мест»).	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
11. Развитие координационных способностей, точности движений	Выполнение упражнений с помощью различного инвентаря (координационная лестница и т.д.). Удары по мячу на точность. Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола, например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве	Подвижные игры («домики», «кошки- мышки», «прогулка», «звоночек», «змейки», «птица без гнезда» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
13.Жонглирование	Подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
14. Танцы с мячом	Работа с голеностопом, различные упражнения: перекатывание мяча с пятки на носок, с внешней стороны стопы на внутреннюю сторону стопы, упражнения выполняемые рядом с мячом, через мяч, около мяча, касаясь мяча разными частями ноги и др. (например, такие упражнения как: перешагивание мяча вперед - назад, влево - вправо, касаясь мяча различными частями тела - носком, пяткой, коленом и т. д.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
15. Ведение мяча	Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка. Ведение мяча по прямой с максимальной скоростью. Ведение мяча со сменой направления. Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой».	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

	<p>Ведение мяча подошвой.</p> <p>Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.</p>		
16. Остановка мяча	<p>Остановка мяча различными частями тела по сигналу тренера.</p> <p>Удержание мяча стопой.</p> <p>Подвижные игры («замри», «повтори за тренером» и др.)</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
17. Прием мяча	<p>Прием мяча, катящегося и прыгающего, подошвой и внутренней стороной стопы.</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
18. Отбор мяча	<p>Отбор мяча у соперников (в парах, в группах).</p> <p>Подвижные игры («нападающие и защитники», «властелин кольца» и др.)</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
19. Удары по мячу	<p>Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу.</p> <p>Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера.</p> <p>Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
20. Ведение мяча	<p>Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка.</p> <p>Ведение мяча по прямой с</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки,</p>

	<p>максимальной скоростью. Ведение мяча со сменой направления.</p> <p>Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой». Ведение мяча подошвой.</p> <p>Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.</p>		разметочные фишки и др.
21. Координационная лестница	Преодолеть координационную лестницу за наименьшее количество времени, выполняется по сигналу тренера, время засекается с того момента как ребенок начал выполнять, на палочки и веревочки наступать нельзя. Как только лестница пройдена секундомер останавливается.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
22. Прыжок в длину с места (см)	<p>1. Развивать мелкую моторику.</p> <p>2. Совершенствовать эстетическое восприятие природных явлений.</p> <p>3. Способствовать навыкам добиваться четкого и аккуратного изображения.</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
23. Гибкость (см)	И.п. сидя на полу, наклон к носкам, колени прямые. Зафиксировать положение на 5 секунд.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
24. Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	Удар ногой по неподвижному мячу с расстоянием двух метров в ворота шириной 60-65 см.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки,

			разметочные фишки и др.
25. Удары по мячу головой	<p>Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу.</p> <p>Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера.</p> <p>Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
26. Обманные движения (финты).	<p>Отбор мяча у соперников (в парах, в группах).</p> <p>Подвижные игры («нападающие и защитники», «властелин кольца» и др.)</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
27. Отбивание мяча бедром	Поочередное подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
28. Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	<p>Удары по мячу на точность.</p> <p>Отбивания мяча разными способами.</p> <p>Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола, например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.</p>		Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.



## Подготовительный к школе возраст.

Тема	Задачи	Кол-во часов	Оборудование и материалы
1.Характеристика футбола как вида спорта. Основные правила игры в футбол	<p>Спортивный инвентарь и его характеристика при занятиях футболом (мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палки, разметочные фишки и др.)</p> <p>Самостоятельные занятия под наблюдением родителей.</p> <p>Терминологи футбола, название отдельных амплуа игроков, мест на поле, основные правила игры (площадка, ворота, мяч, ведение мяча, передача мяча, отбор мяча, удары по мячу).</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
2.Правила безопасности при занятиях футболом	<p>Личная и общественная гигиена.</p> <p>Правила техники безопасности на занятиях футболом.</p> <p>Спортивные травмы способы их предупреждения.</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
3.Правила поведения на занятиях футболом	<p>Спортивные традиции. Начальное формирование основных волевых качеств (смелость, решительность, самостоятельность и др.)</p> <p>Спортивный этикет (формирование Уважительного отношения ко всем участникам тренировочного процесса)</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
4.Техника передвиже	Ходьба, бег, лазание и ползание, катание, бросание, ловля, метание,	1	Мячи, ворота, конусы, обручи,

<p>ня основные виды движений</p>	<p>прыжки, строевые упражнения. Обучение бегу лицом вперед, бегу спиной вперед, бегу приставным шагом, прыжкам толчком одной и двумя ногами, повороты на месте и в движении, остановка, бег с ускорением.  Подвижные игры («салки», «снежинки», «космонавты», «сороконожка» и др.)</p>		<p>гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
<p>5. Развитие координационных способностей (возраст 3-7 лет является сенситивным для развития данных способностей)</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с предметами и без них. Упражнения в равновесии. Упражнения с мячами разного размера. Бег с изменением направления, с</p>	<p>1</p>	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
<p>6. Развитие гибкости</p>	<p>Пружинящие наклоны, махи руками и ногами с постепенным увеличением амплитуды движения. ОРУ с предметами, без предметов, с мячами.  Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и др. («колечки», «передача мячей в колоннах», «эстафета с лазанием и перелазанием», «построить мост» и др.)</p>	<p>1</p>	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>

7. Развитие силовых способностей	<p>Упражнения для развития мышц верхнего плечевого пояса, спины и брюшного пресса.</p> <p>Упражнения на отдельные группы мышц с собственной массой тела в игровой форме.</p> <p>Подвижные игры («перетягивание в парах», «тяни в круг», «сорви дыню», «кто дальше бросит», «метко в цель» и др.)</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
8. Развитие скоростных способностей	<p>Эстафеты.</p> <p>Игровые упражнения на развитие простых и сложных психомоторных реакций.</p> <p>Быстроту одиночного движения.</p> <p>Подвижные игры («маскировка в колоннах», «птица без гнезда», «салки», «рыбачок», «к своим флажкам», «бери и убегай» и др.)</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
9. Развитие скоростно-силовых способностей	<p>Прыжки. Метание предметов.</p> <p>Подвижные игры («зайцы в огороде», «прыгающие воробушки», «цапля», «через кочки и пенечки», «волк во рву», «удочка», «скакун» и др.)</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
10. Развитие выносливости	<p>Бег на время, например, 1-2 минуты.</p> <p>Подвижные игры с кратковременными повторяющимися действиями; игры с бегом; игры с прыжками («догони тренера», «гонки с выбыванием», «перемена мест»).</p>	1	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>

<p>11. Развитие координационных способностей, точности движений</p>	<p>Выполнение упражнений с помощью различного инвентаря (координационная лестница и т.д.). Удары по мячу на точность. Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола, например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.</p>	<p>с 1</p>	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
<p>12. Развитие зрительной реакции, ориентации в пространстве</p>	<p>Подвижные игры («домики», «кошки- мышки», «прогулка», «звоночек», «змейки», «птица без гнезда» и др.)</p>	<p>1</p>	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
<p>13. Жонглирование</p>	<p>Подбивание мяча бедром и подъемом.</p>	<p>1</p>	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>
<p>14. Танцы с мячом</p>	<p>Работа с голеностопом, различные упражнения: перекатывание мяча с пятки на носок, с внешней стороны стопы на внутреннюю сторону стопы, упражнения выполняемые рядом с мячом, через мяч, около мяча, касаясь мяча разными частями ноги и др. (например, такие упражнения как: перешагивание</p>	<p>1</p>	<p>Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.</p>

	мяча вперед - назад, влево - вправо, касаясь мяча различными частями тела - носком, пяткой, коленом и т. д.)		
15. Ведение мяча	<p>Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка.</p> <p>Ведение мяча по прямой с максимальной скоростью.</p> <p>Ведение мяча со сменой направления.</p> <p>Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой».</p> <p>Ведение мяча подошвой.</p> <p>Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
16. Остановка мяча	<p>Остановка мяча различными частями тела по сигналу тренера.</p> <p>Удержание мяча стопой.</p> <p>Подвижные игры («замри», «повтори за тренером» и др.)</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
17. Прием мяча	Прием мяча, катящегося и прыгающего, подошвой и внутренней стороной стопы.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
18. Отбор мяча	<p>Отбор мяча у соперников (в парах, в группах).</p> <p>Подвижные игры («нападающие из защитники», «властелин кольца» и др.)</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

19. Удары по мячу	<p>Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу.</p> <p>Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера.</p> <p>Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
20. Ведение мяча	<p>Ведение мяча по прямой, контроль мяча на протяжении всего отрезка.</p> <p>Ведение мяча по прямой с максимальной скоростью.</p> <p>Ведение мяча со сменой направления.</p> <p>Ведение мяча с обводом стоек, «змейкой». Ведение мяча подошвой.</p> <p>Игровые упражнения например, «не потеряй» (ведение мяча вокруг обруча), «замри» и др.</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
21. Координационная лестница	Преодолеть координационную лестницу за наименьшее количество времени, выполняется по сигналу тренера, время засекается с того момента как ребенок начал выполнять, на палочки и веревочки наступать нельзя. Как только лестница пройдена секундомер останавливается.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
22. Прыжок в длину с места (см)	<p>1. Развивать мелкую моторику.</p> <p>2. Совершенствовать эстетическое восприятие природных явлений.</p>	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки,

	3.Способствовать навыкам добиваться четкого и аккуратного изображения.		разметочные фишки и др.
23.Гибкость (см)	И.п. сидя на полу, наклон к носкам, колени прямые. Зафиксировать положение на 5 секунд.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
24.Удар по неподвижному мячу (кол-во раз)	Удар ногой по неподвижному мячу с расстояние двух метров в ворота шириной 60-65 см.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
25. Удары по мячу головой	Удар по катящемуся к игроку и от игрока мячу. Удар по мячу в двигающуюся цель, например в ворота или тренера. Подвижные игры, например «волшебные ворота», «попади в тренера», «громилы и ловкачи» и др.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
26. Обманные движения (финты).	Отбор мяча у соперников (в парах, в группах). Подвижные игры («нападающие и защитники», «властелин кольца» и др.)	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.
27.Отбивание мяча бедром	Поочередное подбивание мяча бедром и подъемом.	1	Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные

			фишки и др.
28.Обучение отбивания мяча стоя на воротах.	Удары по мячу на точность. Отбивания мяча разными способами. Подвижные игры, направленные на обучение элементам футбола, например, игровые упражнения «прямо змейкой» (бег по прямой, зигзагом по сигналу, «набери скорость», «бег с ускорением») и др.		Мячи, ворота, конусы, обручи, гимнастические палочки, разметочные фишки и др.

## 2.6. Особенности реализации программы с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий ( на время пандемии и карантина).

Направление	Содержание деятельности
<b>Организационно-методическое направление</b>	1.Формирование материально-технической базы, разработка учебно-методического, диагностического, наглядного материала и заданий для дистанционного обучения. Разработка информационной образовательной среды.
	2. Создание аудио и видео коллекций, презентаций для работы по развитию речи, рисованию, аппликации, лепке, познавательному развитию на дистанционном обучении.
	3. Систематизация созданных электронных заданий и материалов по направлениям работы и темам недели.
	4.Разработка индивидуального маршрута и плана занятий для работы на дистанционном обучении.
	5.Разработка заданий различных форм и содержания для самостоятельного выполнения детьми на дистанционном обучении.
<b>Индивидуальная работа</b>	1.Проведение индивидуальных развивающих занятий согласно графику работы и расписанию занятий с использованием видеоконференций при помощи программ Skype, Zoom, WhatsApp и других цифровых площадок.



	2.Проведение подгрупповых развивающих занятий согласно графику работы и расписанию занятий с использованием видеоконференций при помощи программ Skype, Zoom, WhatsApp и других цифровых площадок.
	3. Организация самостоятельной деятельности детей на дому посредством разработанных заданий и материалов, отправленных через e-mail, Skype, WhatsApp, Zoom, ВКонтакте и другие цифровые площадки, а также в онлайн режиме (воспитатель делает закладку страницы с игрой, видеороликом или другой информацией)

### **3. Организационный раздел.**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение.**

Для реализации дополнительной образовательной услуги необходимы:

- свисток;
- секундомер;
- мячи футбольные;
- ворота;
- разметочные фишки;
- гимнастические палочки;
- обручи;
- конусы.

#### **3.2.Методическое обеспечение**

1. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства/ Х. Вайн. Москва: Terra-спорт, Олимпия Пресс,2004. - 244с.
2. Варюшин, В. В. Первые шаги в футболе: методическое пособие/ В. В. Варюшин, Р. Ю. Лопачев. Москва: Рос.футбольный союз, 2014. - 120с.
3. Варюшин, В. В. Тренировка юных футболистов: учеб. пособие / В. В. Варюшин. - Москва: Физическая культура, 2007. - 112с.
4. Завьялова, Т. П. Научно-исследовательская работа педагога по физической культуре: учебно-методическое пособие для студентов, магистрантов, педагогов образовательных учреждений и системы дополнительного образования / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева; Тюм. гос. ун-т, Ин-т физ. культуры. - Тюмень: Изд-во ТюмГУ, 2014. - 100 с.
5. Завьялова, Т. П. Футбол без границ: программно-методический комплекс для работы с дошкольниками 3-6 лет /Т.П. Завьялова, И.В. Стародубцева; Ин-т физ. культуры ТюмГУ, ООО «Футбол без границ». - Тюмень: Вектор Бук, 2016. - 142 с.
6. Лапшин, О. Б. Теория и методика подготовки юных футболистов:

методическое пособие/ О. Б. Лапшин. - Москва: Человек, 2014. - 176 с.

7. Лапшин, О. Б. Учим играть в футбол: планы уроков/ О. Б. Лапшин. - Москва: Человек, 2015. - 256 с.

8. Лучшие подвижные и логические игры для малышей от 3 до 6 лет / под ред. Е.А. Бойко. - Москва: Рипол Классик, 2008. - 256 с.

9. Лях, В. И. Координационные способности: диагностика и развитие / В. И. Лях. - Москва: Дивизион, 2006. - 290 с.

10. Подвижные игры: учебное пособие / В.Ф. Мишенькина [и др.]. - Омск: Издательство СибГУФК, 2004. - 92 с.

11. Семянникова, В.В. Организационно-методические основы подвижных игр: учебное пособие / В.В. Семянникова. - Елец: Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, 2011. - 96 с.

12. Соколова, Л. А. Физическое воспитание детей 3-4 лет / Л. А. Соколова. - Санкт-Петербург: Каро, 2012. - 152 с.

13. Солодков, А. С. Физиология человека: Общая. Спортивная. Возрастная: учебник / А. С. Солодков, Е. Б.Сологуб. - Москва: Спорт, 2015. - 620 с.

14. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет / авт.-сост. Е. И. Подольская. - Волгоград: Учитель, 2011. - 183 с.

15. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития детей дошкольного возраста: [учебник для студентов вузов] / Э. Я. Степаненкова. - Москва: Академия, 2014. - 368 с.

16. Степаненкова, Э.Я. Методика проведения подвижных игр: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Э.Я. Степаненкова. - Москва: МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2009. - 60 с.