

**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Калининграда
центр развития ребенка - детский сад №114**

Обсуждена
на педагогическом совете «29» 08. 2022 г.
Протокол №1

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МАДОУ ЦРР д/с №114
_____/Киселева Е.В./

**Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Веселый мяч»**

Возраст детей: 3-7 лет
Срок реализации: 9 месяцев
Автор: инструктор по физической культуре
Захарова М.И.

г. Калининград
2022 г.

Пояснительная записка

Направленность (профиль) программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Веселый мяч» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы заключается в том, что спортивные игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма, улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств.

Занятия футболом способствуют развитию быстроты, ловкости, координации движений, двигательной реакции, ориентировке в пространстве. Игры с мячом развивают навыки поведения в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, смелости, решительности. Дети учатся управлять своим поведением в различных игровых ситуациях.

Отличительной особенностью программы «Веселый мяч» является то, что занятия спортивными играми и упражнениями способствуют воспитанию у дошкольников положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Достаточная физическая активность детей во время спортивных игр, подкрепляющаяся соответствующей тренировкой основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной) является одним из факторов сохранения и улучшения здоровья, повышения жизненного тонуса.

Адресат программы. Возраст детей, участвующих в реализации программы «Веселый мяч» от 3 до 7 лет. Это дети, посещающие МАДОУ ЦРР д/с № 114.

Срок освоения программы 9 месяцев. На полное освоение программы требуется 72 часов.

Форма обучения - очная.

Особенности организации образовательного процесса. Набор в группу носит свободный характер и обусловлен интересами воспитанников и их родителей (законных представителей). Структура организации занятия включает в себя:

1. Вводная часть: различные виды ходьбы и бега, подскоков, прыжков, корригирующие упражнения.
2. Основная часть: обще развивающие упражнения, упражнения с мячом, элементы спортивных игр, подвижные игры, эстафеты с мячом.
3. Заключительная часть: подвижные игры, ходьба, релаксация.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.

Общее количество часов в год - 72. Периодичность занятий для воспитанников МАДОУ ЦРР д/с №114 2 раз в неделю, во второй половине дня. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах и составляет: для детей 3-5 лет 15-20 минут; для детей 5-7 лет 25-30 минут.

Педагогическая целесообразность программы «Веселый мяч» обусловлена тем, что социальное развитие ребенка в игре предполагает ориентирование детей на сферу общения и сотрудничества, умение принимать чужие ситуации, как свои. Именно эта способность понимать и чувствовать позицию другого человека составляет фундамент общения друг с другом и со взрослыми. Во время игры дети испытывают самый широкий диапазон переживаний, так же учатся взаимодействовать, сотрудничать, командовать, уступать и т.д.

Практическая значимость программы «Веселый мяч» заключается в том, что в процессе занятий дети получают элементарные сведения о методах освоения двигательных действий, у них формируются такие качества личности, как компетентность (владение своим телом, различными видами движений на уровне, соответствующем его возрасту), умение адекватно реагировать на изменение окружающей обстановки. Ребенок подводится к самостоятельному и творческому использованию результатов двигательной деятельности в разных пространственных средах.

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

Задачи:

Образовательные:

- формирование необходимых теоретических знаний;

- обучение технике и тактике игры.

Воспитательные:

- воспитание моральных и волевых качеств;
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование у детей устойчивого интереса к занятиям футболом;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

Развивающие:

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры.

Принципы отбора содержания.

1. Принцип комплектности предполагает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (все виды подготовки, воспитательной работы, восстановительных мероприятий и комплексного контроля) в оптимальном соотношении.
2. Принцип преемственности определяет системность изложения программного материала по этапам годового и многолетнего циклов и его соответствия требованиям высшего спортивного мастерства, при обеспечении преемственности задач, методов и средств подготовки, объем тренировочных нагрузок, роста показателей уровня подготовленности.
3. Принцип вариантности предусматривает вариантность программного материала в зависимости от этапа многолетней подготовки, возрастных индивидуальных особенностей юных футболистов.

Планируемые результаты. К концу обучения дети должны научиться:

- освоение детьми техники игры в футбол; результативность, уверенность и точность выполнения движений с мячом;
- развитие физических качеств детей;
- развитие «чувства команды», умения согласовывать свои действия с действиями партнеров в игре, подчинять свое поведение единым игровым правилам;
- повышение интереса детей к спортивным играм.

Механизм оценивания образовательных результатов по программе «Веселый мяч» является выполнение тестовых заданий: овладение ударами по мячу ногами, остановка мяча, ведение мяча, техника игры вратаря.

Оценка качества обучения выражается в опосредованной форме: не сформирован (0 баллов); находится в стадии становления (1 балл); сформирован (2 балла).

Инструментарий для педагогической диагностики - карты наблюдений детского развития позволяют фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка. Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

Формами подведения итогов реализации программы «Веселый мяч» являются:

- мини-соревнования по каждому пройденному разделу

Учебный план

№	Содержание раздела	Количество занятий		
		теория	практика	всего
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	-	2
2	Общая физическая подготовка	-	10	10
3	Специальная физическая подготовка	-	10	10
4	Техническая и тактическая подготовка		18	18
5	Правила игры	8	8	16
6	Игровое взаимодействие	8	8	16
	Всего	18	54	72

**Содержание программы для детей 3-5 лет
(72 часа, 2 часа в неделю)**

Задачи: познакомить с условиями игры в футбол. Формировать элементарные представления об элементах техники игры в футбол; развивать координационные способности, ловкость, глазомер, выносливость; воспитывать интерес к действиям с мячом, игровому взаимодействию.

Месяц	Программное содержание
Сентябрь	Познакомить с правилами игры в футбол; с элементами техники игры в футбол (удары по неподвижному мячу, остановка мяча, удар по воротам). Упражнять в ходьбе и беге змейкой, ведении мяча ногой; в игре с мячом в парах; в беге и прыжках, умение действовать по сигналу. Развивать ловкость, быстроту, координацию, внимание, глазомер, ориентировку в пространстве. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре; уверенность в своих силах.
Октябрь	Упражнять в перекачивании мяча друг другу, отбивая его поочередно правой и левой ногой, ударять по неподвижному мячу, упражнять в беге за мячом; в ведении мяча правой и левой ногой до противоположной линии, беге за мячом; ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, ударе ногой по неподвижному мячу. Развивать ловкость, быстроту, глазомер, координацию движений, технику ходьбы, бега. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, играм с мячом, дружеские взаимоотношения.
Ноябрь	Формировать представления об элементах техники игры в футбол. Упражнять в ведении мяча по прямой, вокруг обруча, остановке мяча ногой; в ведении мяча по прямой, между конусами, вокруг обруча, остановке мяча ногой; в ведении мяча вокруг ног, ведении и остановке мяча в разных направлениях по сигналу. Развивать ловкость, координацию движений, выносливость, внимание, глазомер. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, играть вдвоем, втроем, интерес к спортивным играм, уверенность в своих силах.
Декабрь	Упражнять в прокатывании мяча правой и левой ногой, попадании им в кеглю; в прокатывании мяча друг другу по прямой между флажками, соизмерении силы удара, передаче мяча. Развивать ловкость, быстроту, глазомер, ориентировку в пространстве. Воспитывать уважение друг к другу, чувство товарищества, интерес к двигательной деятельности.
Январь	Упражнять в ударах по неподвижному мячу ногой (серединой подъема, внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы), продолжать учить играть в парах; упражнять в ударах мяча о стенку и обратно, игре парах, тройках, кругу; в ударах по неподвижному мячу с разбега, игре в парах; упражнять в ведении мяча правой ногой, в силе удара ногой. Развивать ловкость, быстроту, внимание. Воспитывать интерес к спортивным играм, чувство товарищества, уважение друг к другу.
Февраль	Упражнять в ведении мяча ногой с изменением темпа и направления, ударе по воротам; в умении догонять и останавливать мяч ногой, игре с мячами; упражнять в тактико-технических действиях с мячом, точности удара по неподвижному мячу, ведении мяча в прямом направлении, остановке по сигналу. Развивать ориентировку на поле, глазомер, внимание, быстроту реакции. Воспитывать смелость, решительность, интерес к спортивным играм, взаимопомощь, волевые качества.
Март	Закреплять технику игры в футбол, ведение мяча, удары по воротам. Упражнять в ходьбе и беге за катящимся мячом, остановке мяча ногой, игре в парах; в ведении мяча вокруг конуса, по прямой; в ведении мяча в разных направлениях с остановкой мяча ногой по сигналу. Развивать ловкость, глазомер, быстроту, координацию движений. Воспитывать интерес к спортивным играм, дружеские взаимоотношения, уверенность в своих силах, чувство партнерства.
Апрель	Упражнять в беге за катящимся мячом, ведении и остановке мяча ногой; в ходьбе и беге с мячом с остановкой и поворотом по сигналу; в действиях с мячом, отрабатывать удары по мячу разными способами; в ведении мяча правой и левой

	ногой, забивании мяча в ворота. Развивать быстроту, ловкость, внимание, равновесие, координацию движений, глазомер. Воспитывать дружеские взаимоотношения, интерес к спортивным играм, уверенность в своих силах.
Май	Упражнять в ударах по неподвижному мячу по воротам, игре в парах, тройках. Развивать быстроту, ловкость, глазомер. Воспитывать волевые качества, чувство товарищества.
Июнь	Упражнять в ударах по движущемуся мячу на сторону противника, игре в командах; в ведении мяча в разных направлениях с остановкой по сигналу. Развивать ловкость, быстроту, уверенность в своих силах. Воспитывать дружеские взаимоотношения, чувство команды.

**Содержание программы (5-7 лет)
(72 часов, 2 часа в неделю)**

Задачи: формировать простейшие тактико-технические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка; развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость; воспитывать интерес и желание играть в футбол.

Месяц	Программное содержание
Сентябрь	Познакомить детей с игрой в футбол, историей ее возникновения. Упражнять в простейших технико-тактических действиях с мячом: ведение, передача мяча, обводка. Учить простейшим действиям с мячом: ведение, удар, передача. Упражнять в ударе по мячу ногами: внешней и внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частям подъема - носком и пяткой. Учить размаху бьющей ноги вперед с разворотом стопы на 90°, удару по неподвижному мячу с места. Упражнять в посыле мяча низом в ворота с расстояния в 8 - 10 шагов, игре с мячом в парах. Развивать координацию, быстроту, ловкость, выносливость. Воспитывать интерес к спортивным играм, уверенность в своих силах, организованность, дисциплину, интерес к физическим упражнениям, умение работать с партнером.
Октябрь	Упражнять в ударе по неподвижному мячу с места и разбега, игре в парах; в ведении мяча в беге, передаче в парах; в ударах по мячу, ведению, передаче мяча, индивидуальной тактике действий; в ведении мяча вокруг конуса правой и левой ногой в разных направлениях; в ведении мяча между кеглями правой и левой ногой, в парах. Развивать ловкость, быстроту, внимание. Воспитывать чувство товарищества, желание принимать активное участие в игре, дружеские взаимоотношения в игре, уважение друг к другу, желание играть в футбол.
Ноябрь	Познакомить с техникой «чеканки» мяча одной ногой. Упражнять в ведении мяча между предметами, в ударах «щечкой», не останавливая отскочившего от стены мяча; в посыле мяча ударом «щечкой» партнеру по игре, применяя разные вида построения: в две шеренги, четырехугольником, по кругу; в ударе по мячу внутренней частью подъема ноги товарищу, в цель (ворота). Отрабатывать выполнение упражнения с мячом на месте, на медленном ходу, во время быстрого бега. Развивать ловкость, глазомер, быстроту, внимание, выносливость. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре, интерес к двигательной деятельности, чувство товарищества, уверенность в своих силах, чувство партнерства, взаимопомощи.
Декабрь	Упражнять в отбивании мяча снизу, перебрасывая через планку (высота 20 -30см.). Упражнять в действиях с мячом: беге по прямой, ведении мяча между предметами, отбивании от стенки. Упражнять детей в игровых ситуациях: «догони мяч», «отними мяч», «сбей кегли», «попади в ворота», забрасывании мяча в корзину. Упражнять в ведении и пасае мяча партнеру в движении, игре в парах. Развивать ловкость, сноровку, глазомер, ориентировку в пространстве, смекалку, выдержку, быстроту. Воспитывать уверенность в своих силах, чувство товарищества, взаимопомощь, интерес к спортивным играм.
Январь	Упражнять в ведении мяча то правой, то левой ногой; игру в парах, тройках, в «мини-футбол»; в приеме отбирать мяч у партнера по игре (не касаясь руками другого игрока), в ведении мяча между предметами, вбрасывании из-за

	<p>боковой линии. Игра в парах «Забей гол». Формировать умение видеть мяч и расположение защитников, выбегать на свободное место для получения мяча. Развивать ориентировку, ловкость, быстроту, глазомер, координацию движений. Воспитывать организованность, дисциплину, интерес к спортивным упражнениям, интерес и желание играть в футбол, дружеские взаимоотношения., чувство товарищества.</p>
Февраль	<p>Упражнять в ударе с места ногой, игре в парах; во вбрасывании из боков, спины, ведении между предметами; в ударах пяткой по неподвижному мячу с места, с разбега; в игре в парах в одни ворота; в остановке катящегося мяча внутренней стороны стопы, отрабатывать удары пяткой с разбега, играть в парах; во вбрасывании из боков, спины, ведении между предметами. Развивать глазомер, ориентировку, ловкость, быстроту реакции. Воспитывать смелость, решительность, уверенность в своих силах, дружеские взаимоотношения, интерес к спортивным играм, чувство партнерства.</p>
Март	<p>Упражнять в остановке мяча грудью, подошвой, ударе пяткой; в ведении мяча на свободную позицию, когда все партнеры закрыты; в ведении мяча по прямой несильными ударами в медленном темпе, игре в парах; в ведении мяча по кругу правой и левой ногой в медленном, а затем в быстром темпе, игре со стенкой, с партнерами. Упражнять в игре вратаря: ловле катящихся и низко летящих мячей; ведении мяча до ворот, ударам в ворота; в ловле высоко летящих мячей, полуввысоких мячей, игре в парах, общей игре. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку в пространстве, точность. Воспитывать интерес к спортивным играм, чувство товарищества, уверенность в своих силах, дружеские взаимоотношения, уверенность в своих силах, интерес к спортивным играм, организованность, дисциплину.</p>
Апрель	<p>Закрепление приобретенных умений и навыков в игре, играть в парах, тройках, команде. Совершенствовать умение водить, обводить, догонять, отталкивать, догонять и останавливать мяч ногой. Совершенствовать простейшие тактико-технические действия с мячом: разные способы ведения мяча, удары по воротам. Упражнять в точности удара. Упражнять в ведении разными способами, между предметами, отбивании, игре вратаря, защитника; в ведении мяча в разных направлениях, в игре вдвоем, передаче мяча партнеру; в ведении мяча правой и левой ногой с изменением темпа и направления, ударах по воротам. Развивать ловкость, глазомер, точность, ориентировку в пространстве, выдержку, выносливость. Воспитывать самостоятельность, самоконтроль, навыки самоорганизации, уверенность в своих силах, дружеские взаимоотношения, уверенность в своих силах, интерес к спортивным играм.</p>
Май	<p>Закреплять приемы владения мячом: удары, передачи, ведение, вбрасывание. Упражнять в игре в парах, команде. Упражнять в приемах владения мячом: удары о стенку и обратно, жонглирование мячом ногой, в игре в парах, тройках, команде; в приемах владения мячом: вокруг конусов, в разных направлениях, игре в кругу, тройках, команде. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на игровом поле, точность. Воспитывать интерес к спортивным играм, уверенность в своих силах, дружеские взаимоотношения, чувство товарищества, желание заниматься спортивными играми, уважение друг к другу.</p>
Июнь	<p>Закреплять тактико-технические приемы игры в футбол: защиты и нападения. Упражнять в приемах владения мячом, меняя темп, направление, силу удара; играть вдвоем, втроем, в команде; в ведении мяча (нападающие-защитники), играть в парах в кругу, команде; в ловле катящихся, низко летящих и полуввысоких мячей, в работе в парах, тройках, подгруппах. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку на игровом поле, точность. Воспитывать уверенность в своих силах, дружеские взаимоотношения в игре, чувство товарищества, желание заниматься спортивными играми, уважение друг к другу.</p>

Календарный учебный график. Продолжительность учебного года по реализации программы: сентябрь 2022 г.- июнь 2023 г. (без праздничных дней).

Занятия с группой проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным заведующим МАДОУ ЦРР д/с № 114.

Праздничные (выходные) дни в соответствии с производственным календарем на 2022-2023 учебный год: 4 ноября 2022 г.; 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8 января 2023 г.; 23, 24 февраля 2023 г.; 8 марта 2023 г.; 1 мая 2023 г.; 8, 9 мая 2023 г.; 12 июня 2023 г.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы.

Материально-техническое обеспечение реализации программы.

Помещение для занятий: физкультурный зал ДОУ (в теплое время года спортивная площадка на улице).

Инструменты и приспособления: шведская стенка, гимнастические скамейки, мячи футбольные, скакалки, конусы, ориентиры, кегли, корзины для метания.

Наглядный материал: схемы технических приемов игры в футбол

Информационное обеспечение реализации программы.

<https://dob.1sept.ru/article.php?ID=200701310>

dike-obucheniya-detej-doshkolnogo-vozrasta-elemevscolu.ru/fizicheskoe-razvitiie/o-metontam-igry-v-futbol.html

<http://sunnyuv.68edu.ru/wp-content/uploads/2014/04/Fytbol.pdf>

<http://raguda.ru/ou/futbol-dlja-detej-doshkolnogo-vozrasta.html>

Кадровое обеспечение реализации программы.

Реализацию программы обеспечивает педагогический со средним специальным или высшим образованием, прошедший курсы повышения квалификации по занимаемой.

Методическое обеспечение реализации программы.

Программа основана на использовании общепедагогических (дидактических) принципов воспитывающего обучения: сознательности и активности занимающихся, наглядности, систематичности, доступности; основными принципами специальной физической подготовки являются: сбалансированное развитие физических качеств, сопряженность, опережающее развитие физических качеств по отношению к технической подготовке.

Для стимулирования деятельности воспитанников используются активные методы обучения, воспитания и контроля. Все разделы программы объединяет игровой и соревновательный методы проведения занятий. Данные методы придают образовательному процессу привлекательную форму, облегчают процесс запоминания и освоение материала, повышают эмоциональный фон занятий.

Технические приемы с мячами выполняются после освоения техники данного технического приема. При обучении тактическим и техническим действиям используются методы подводящих упражнений, метод расчлененного разучивания, метод целостного упражнения. Обучение техническим и тактическим элементам осуществляется на занятиях, при индивидуальной работе над движениями, чтобы помочь каждому ребенку. При этом необходимо учитывать возраст ребенка, его физиологические особенности, состояние опорно-двигательного аппарата и физическую подготовленность.

Список литературы.

1. Волошина, Л.Н. «Играйте на здоровье!» [Текст]: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет/Л.Н. Волошина. М.: АРКТИ, 2004.
2. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ». издательство НЦ ЭНАС, 2004 г.
3. Николаева Н.И. Школа мяча [Текст]: учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений/Н.И. Николаева СПб. «Детство Пресс», 2008 г.
4. Лебедев Л.Г. «Все о футболе.Справочник»-М.: Советский спорт, 2003 г.
- 5.Лях В.И. Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся/Программы общеобразовательных учреждений.-М:Просвещение, 2011 г.
6. Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. «Футбол». – 3-е изд.испр.доп.-М: Физкультура и спорт, 2002 г.

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 года № 2620-р.
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».