

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Управление образованием Ленинского района города Екатеринбурга
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 233»

Принята решением
Педагогического совета
Протокол № 5
от «26» мая 2026 г.



Утверждена

Приказ № 81-од от «03» июля 2026г.

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 233»

Ударцева Н.А.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
Физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»**

Возраст обучающихся: 3-7 лет

Срок реализации программы: 4 года

Автор-составитель:
Славнова Дарья Максимовна
Педагог дополнительного образования

Екатеринбург
2026г.

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
1.1. Актуальность программы.....	4
1.2. Объем программы.....	6
1.3. Режим занятий и формы обучения.....	6
Цели и задачи программы.....	7
3. Содержание программы.....	8
3.1. Учебный план.....	8
4	
5. Условия реализации программы.....	15
П 5.1. Материально-техническое обеспечение.....	15
л 5.2. Кадровое обеспечение.....	16
а 6. Формы оценки результатов.....	16
н	
и РСписок литературы для реализации программы.....	18
у Приложение.....	20

м
ы
е

р
е
з
у
л
ь
т
а
т
ы

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа чтобы расширить возможности физического развития двигательных способностей детей на основе спортивной игры – футбол.

Программа «Футбол» составлена на основе методического пособия «Футбол в детском саду»-Желобкович Е.Ф., где посредством разнообразных игр и упражнений, заданий дети смогут научиться играть в футбол.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа документами:

Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273

«Об образовании в Российской Федерации»;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р);

Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 № 996-р);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию

дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»);

письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом»;

став МАДОУ «Детский сад № 233»;

положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах МАДОУ «Детский сад № 233».

Уровень освоения программы-базовый.

Новизна данной программы заключается в принципиальном новом подходе: футбол используется не для спортивной подготовки, а как универсальный инструмент игрового развития личности ребёнка.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Актуальность программы

В современном мире 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).

Отличительные особенности программы предусматривают разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом

возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья. На занятиях создаются условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, дается возможность раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого ребенка. Рационально распределяется двигательная нагрузка дошкольников: с учетом физиологической реакции детей, соответствие нагрузки их возрастным и индивидуальным возможностям, уровнем подготовленности.

Игра футбол развивает ловкость, ритмичность, координацию и точность движений. Разнообразие движений и их вариантов дает возможность развивать и совершенствовать быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость.

Наряду с физическим развитием детей решаются задачи нравственного, умственного и эстетического воспитания. Во время игры в футбол тренер активно формирует у них нравственно-волевые качества: целеустремленность, настойчивость, выдержку, смелость.

Адресат: дети дошкольного возраста 3-7 лет.

При реализации дополнительной программы учитываются возрастные и индивидуальные особенности детей, но при этом в группы набираются все желающие без специальной подготовки.

Старший дошкольный возраст характеризуется замедлением скорости роста тела. Тело растёт неравномерно – длина ног и верхней части тела растёт медленно, а скорость роста длины рук и диаметра тела увеличивается. Развитие опорно-двигательной системы ребёнка ещё незавершенно (скелет, суставно – связочный аппарат, мускулатура). Позвоночный столб ребёнка шестого года жизни чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях, например, при частом поднятии ребёнком тяжестей, нарушается осанка. У ребёнка преобладает тонус мышц – разгибателей, что не даёт возможности при длинном статическом положении долго удерживать спину прямой. Сердечно – сосудистая система ещё не достигает полного развития. Общее физическое развитие и динамика функциональной зрелости системы дыхания идёт неравномерно. У детей возрастает осознанность освоения более сложных основных движений. Это позволяет повысить требования к качеству их выполнения, больше внимания уделять развитию физических и морально – волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливым и внимательным друг к другу).

Уровень программы: базовый

Количество обучающихся в группе: 10 - 15 человек.

1.2. Объем программы

Срок освоения программы – 4 года.

Периоды обучения:

год обучения –младшая группа (3-4 года): 2 занятия в неделю - 40 недель в год.
Итого - 80 занятий

год обучения средняя группа (4-5 лет): 2 занятия в неделю - 40 недель в год.
Итого - 80 занятий

год обучения – старшая группа (5-6 лет): 2 занятия в неделю - 40 недель в год.

год обучения - подготовительная к школе группа (6-7 лет): 2 занятия в неделю - 40 недель в год. Итого - 80 занятий

1.3. Режим занятий и формы обучения.

Длительность занятий:

- Младшая группа - 15 минут,
- Средняя группа - 20 минут,
- Старшая группа - 25 минут,
- Подготовительная к школе группа - 30 мин.

Особенности организации образовательного процесса:

При реализации программы используется традиционная модель организации образовательного процесса, представляющая собой линейное освоение содержания программы в течение четырёх лет обучения в одной образовательной организации.

Форма обучения-очная.

Форма занятий: групповая.

Уровень сложности программы– стартовый, что предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания общеразвивающей программы.

Формы организации детей: групповая; группы формируются с учетом дифференцированного подхода к обучающимся.

Формы и виды занятий:

Место проведения занятия	Количество занятий в неделю

Занятие в спортивном зале	раза в неделю
---------------------------	---------------

Занятия проводятся в спортивном зале. Содержание программы ориентировано на детские группы в количестве от 10 до 15 человек. Ведущей формой организации обучения является групповая. Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям, так как в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении навыков может быть различной.

Формы подведения результатов: беседа, игра, разучивание игровых комбинаций, игровые упражнения, подвижные игры, соревнование.

Цель и задачи программы.

Целью реализации программы обучение навыкам игры в футбол и развитие активных двигательных способностей и психических качеств детей дошкольного возраста.

Целевые ориентиры

Задачи:

Обучающие задачи:

- обучать воспитанников владеть спортивной техникой и тактикой футбола;
- формировать представления о гигиене спорта
- обучать технико-тактическим приемам игры на основе базовых элементов.

Развивающие задачи:

- развивать двигательные (мышечная сила, быстрота и т.д.) и психические (ощущения, восприятия, представления, внимание, память на движения) способности детей дошкольного возраста.
- развивать морально-волевые качества дошкольников для решения поставленных задач в условиях соревновательного процесса.

Воспитательные задачи:

- формировать мотивацию здорового образа жизни.
- содействовать всестороннему и гармоничному развитию личности ребенка.
- воспитывать основы здорового образа жизни.

Содержание программы.

Учебно-тематический план программы «Футбол»

№	Модуль	3-4 года		4-5 лет		5-6 лет		6-7 лет	
		теория	практ	теория	практ.	теория	практ	теория	практ.
	Теоретическая подготовка								
	Диагностическое обследование детей								
	Техника безопасности								
	История возникновения игры - футбол								
	Физическая подготовка								
	Общефизическая подготовка								
	Специальная физическая подготовка								
	Техническая и тактическая подготовка								
	Основные навыки, умения игры в футбол								
	Подвижные и спортивные игры								
	Подвижные игры								
	Эстафеты, соревнования								
	Сдача нормативов								
	Двусторонние игры								
	итоги								
	всего								

Процесс обучения элементам игры футбол проходит в три этапа:
Этап начального обучения (сентябрь - ноябрь)

Теория: Дать детям представление об истории возникновения футбольного мяча.

Практика:

Рекомендуемые упражнения:

- различные виды бега (змейкой, со сменой ведущего, с препятствиями, обегая предметы, с прыжком в высоту);
- упражнения на координацию движения (касание носком центра мяча, лежащего неподвижно);
- перебрасывание мяча друг другу разными способами.

Игры с мячом: «Клоун с мячом», «У кого меньше мячей», «10 передач», «Горячая картошка».

Теория: Ознакомление с правилами безопасной работы в спортивном зале и на спортивной площадке.

Практика:

Рекомендуемые упражнения:

- различные виды ходьбы (с разным положением рук, на пятках, с высоким подниманием колен, широким шагом, приставным шагом);
- упражнения для развития общей выносливости, ловкости, быстроты (бег змейкой, челночный бег, ускорение по сигналу из различных исходных положений);
- подбрасывание и ловля мяча двумя руками, стоя на месте и с продвижением вперед.

Игры с мячом: «Передай мяч», «Охотники и зайцы», «К своим флажкам», «Вертись мячик»

Теория: Спорт и здоровье. Соблюдение личной гигиены детей.

Практика: *Общая физическая подготовка (ОФП).*

Рекомендуемые упражнения:

- перестроение в колонну по двое, трое, расчет на «первый – второй» и перестроение из одной шеренги в две, равнение в колонне, размыкание и смыкание приставным шагом;
- ходьба в разных направлениях, в колонне по одному, по двое, трое, приставным шагом;
- бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, в разных направлениях, с различными заданиями;
- прыжки на месте, через набивные мячи, влево, вправо;
- пролезание в обруч разными способами (под дугу, гимнастическую скамейку);
- лазанье по гимнастической лестнице с изменением темпа, с пролете на пролет;
- общеразвивающие упражнения для развития укрепления мышц плечевого пояса, спины, брюшного пресса и ног;
- статические упражнения

Техническая подготовка:

Рекомендуемые упражнения:

- подбрасывания и ловли мяча двумя руками с продвижением вперед, бросание из - за головы;

- перебрасывание мяча руками друг другу, стоя в паре (тройке) на расстоянии 2м (вратарская техника);

касания носком центра мяча, лежащего неподвижно;

- имитационные удары по мячу внутренней стороной стопы;

- выполнение удара по неподвижному мячу правой и левой ногой в стену с расстояния от 2 м разными способами (внутренней стороной стопы, носком);

Подвижные игры: «Быстро возьми, быстро положи», «Ловишки с мячом», «Догони свою пару», «Совушка», «Перелет птиц», «Волк во рву», «Чье звено быстрее»;

Эстафеты: «Дорожка препятствий», «Пингвины»

Этап углубленного разучивания упражнений – декабрь – февраль

Теория: Элементарные правила игры в футбол. Инвентарь и оборудование.

Практика: *ОФП (общая физическая подготовка)*

Рекомендуемые упражнения:

- разновидности ходьбы (на носках, пятках, с перекатом с пятки на носок, в полуприсяде, приставным шагом);

- бег в различных направлениях, с изменением ширины шага, скорости, с остановкой на сигнал, змейкой, боком, семенящим шагом;

- упражнения на координационной лесенке (прыжки на двух ногах, на одной ноге, ноги вместе - врозь);

- общеразвивающие упражнения с предметами и без;

- броски мяча друг другу двумя руками, разными способами;

- подбрасывание мяча вверх и ловля его стоя на месте, с поворотом кругом.

Техническая подготовка:

Рекомендуемые упражнения:

- передача мяча внутренней стороной стопы от водящего игрокам, стоящим по кругу, в шеренге;

- прокатывание мяча на месте правой и левой ногой;

- ведение мяча по прямой между ориентирами;

- остановка катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы;

- ведение мяча в произвольном направлении на ограниченной площади.

Игровые упражнения: «Чей мяч дальше», «Не выпускай мяч из круга», «Передал - садись».

Подвижные игры: «Салки», «К своим флажкам», «Уголек»

Эстафеты: «Проведи мяч», «Мяч о стену»

Практика: *ОФП (общая физическая подготовка)*

Рекомендуемы упражнения:

- ходьба с разными положениями рук, приставным шагом, скрестным шагом, в разных направлениях, с остановкой на сигнал, с перекатами с пятки на носок;

- общеразвивающие упражнения с предметами и без них;

- прыжки на одной ноге, двух ногах, с продвижением;
- лазание по гимнастической стенке, переход с пролета на пролет, перелезание по гимнастической скамейке из разных исходных положений (на коленях, спине, животе);
- метание малого мяча в цель, на дальность;
- бросание друг другу из-за головы, снизу.

СФП (специальная физическая подготовка):

- различные виды бега (змейкой, боком, спиной);
- ускорение из разных исходных положений (стоя лицом, из приседа, седа);

Подвижные игры: «Ловишки с мячом», «Охотники и утки», «Во встречных колоннах»

Техническая подготовка:

- бег с изменением скорости и направления;
- повороты во время бега;
- остановка катящегося мяча подошвой ноги;
- передача мяча в парах, тройках;
- ведение произвольно по ограниченной площади внутренней стороной стопы, между стоек;
- удары правой и левой ногой по неподвижному мячу, с места с целью попасть в предмет;
- подбрасывание и ловля мяча двумя руками, стоя на месте и с продвижением вперед.

Игровые упражнения: «Мяч в кругу», «Ловкие ребята», «Будь внимателен»

Подвижные игры: «У кого меньше мячей», «Удочка», «Ловишки в кругу»

Эстафеты с произвольным ведением мяча.

Практика: *Специальная физическая подготовка (СФП)*

Рекомендуемые упражнения:

- различные виды бега на координационной лестнице,
- упражнения на координацию движений (ведение мяча по прямой, коридору, постепенно уменьшая его ширину, челночный бег;
- упражнения для развития прыгучести, прыжки в длину и в высоту;

Игровые упражнения «Дотронься до колокольчика», «Кто дальше», «Боулинг».

Техническая подготовка

Рекомендуемые упражнения:

- ведение мяча по прямой, вокруг конусов;
- удары мяча с разбега внутренней стороной стопы с попаданием в цель;
- удары по мячу в стену с места внутренней стороной стопы через шнур (высота 20 см);
- отбивание мяча от пола рукой;
- удар по мячу носком ноги (расстояние до цели- 3-3,5 м):
- ловля мяча в прыжке (перебрасывание мяча друг другу);

Подвижные игры: «Салки с мячом», «Ловишки в кругу», «Пятнашка», «Перебеги с мячом на другую сторону площадки», «Мой веселый, звонкий мяч».

Практика: Комплексы общеразвивающих упражнений с предметом и без, упражнения парами.

Практика: Выполнение отбора мяча у соперника и вратарской техники.

Рекомендуемые упражнения:

Игровые упражнения «Ну-ка отними!», «Горячий мяч»;

- ловля мяча, стоя в паре (тройке) на расстоянии 2-3 м;
- бег с прыжком в высоту;
- ловля мяча через сетку, натянутую выше ребенка на 20 см;
- прием катящегося мяча (отбивать ладонями, с широко расставленными пальцами);
- броски и ловля мяча разными способами;
- ведение мяча известными способами с уходом в сторону от соперника.

Практика: Вбрасывание мяча и выполнение финтов.

Специальная физическая подготовка (СФП)

Рекомендуемые упражнения:

- ходьба скрестным шагом, по диагонали, высоко поднимая колени и ударяя по ним мячом;
- различные виды бега и прыжков на координационной лестнице;
- ускорение по сигналу из различных исходных положений (стоя лицом, из приседа, седа);
- броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы, снизу, подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же с поворотом кругом.

Техническая подготовка:

- ведение мяча внутренней стороной стопы: правой и левой ногой и поочередно;
- удары мяча правой и левой ногой по неподвижному и катящемуся мячу, о стену;
- остановка мяча подошвой ноги после передачи партнера;
- вбрасывание мяча из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, одной рукой от правого и левого плеча;
- обманные движения (финты), уход в сторону от соперника.

Эстафеты: «Кто быстрее», «Пингвины», «А - ну отними!», «Во встречных колоннах», «По коридору».

Этап закрепления и совершенствования – март - май.

Практика: Совершенствовать технику работы с мячом. Вратарская техника.

Рекомендуемые упражнения:

- ведение мяча известными детям способами;
- остановка мяча подошвой ноги;
- удары по мячу с места, с разбега, о стену по неподвижному мячу;

- передача мяча любыми способами;
- прием катящегося мяча, ловля низколетящего мяча;

Эстафеты: «Пингвины», «Полоса препятствий», «Футбольный слалом», «По прямой»

Подвижные игры: «Ловишки», «Пятнашки», «Заморожу», «Подвижная цель»

Игровые задания: «Кто быстрее», «Горячая картошка», «Дотронься до колокольчика». «Прыжок - шутка».

Практика: Отбор мяча, выполняя действия в паре. Изучение прав и обязанностей игроков. Игра в футбол по упрощенным правилам (по 3 игрока).

Рекомендуемые упражнения:

- различные виды бега (змейкой, с изменением темпа, со сменой направляющего, с препятствиями);

- различные виды прыжков, подскоки;
- передача мяча от игрока к игроку;
- удар мяча по предмету с места, разбега с расстояния 3м-3,5м.;
- остановка мяча во время передачи друг другу;
- ловля и броски мяча руками;
- отбивание мяча в движении;
- ведение мяча по прямой, между стойками;
- обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот;
- вбрасывание мяча руками из- за боковой линии с места из положения ноги вместе.

Подвижные игры: «Быстро возьми, быстро положи», «У кого меньше мячей», «Не оставайся на земле», « Сделай фигуру», «Передачи мяча по кругу через центр», «Мы веселые ребята», «Совушка», «Коршун и наседка», «Волк во рву», «Кого называли, тот ловит мяч», Перелет птиц»;

Эстафеты: «Прокати под веревкой», «Бревнышко», «Пингвины», «Попади в цель», «Кто быстрее», «Чья команда забросит больше мячей»;

Игра в футбол по упрощенным правилам (в командах по 3 игрока, по 2 мин. каждая игра).

Теория: Игра в футбол по упрощенным правилам.

Практика: Проведение соревнований по ОФП и футболу между группами детей старшего дошкольного возраста, праздников, развлечений. Муниципальный конкурс между дошкольными учреждениями: «Папа, мама, я – спортивная семья». Участие в областных фестивалях и спортивных играх в рамках проекта по направлению «Футбол с детства».

Планируемые результаты.

Предметные:

воспитанники будут демонстрировать:

- владение спортивной техникой и тактикой футбола;
- сформированность представления о гигиене спорта;
- владение технико-тактическими приемами игры на основе базовых элементов.

Метапредметные:

- у воспитанников будут развиты двигательные (мышечная сила, быстрота и т.д.) и психические (ощущения, восприятия, представления, внимание, память на движения) способности детей дошкольного возраста.;
- у воспитанников наблюдается развитие морально-волевых качеств для решения поставленных задач в условиях соревновательного процесса.

Личностные:

воспитанники будут демонстрировать:

- мотивацию к здоровому образу жизни.
- всестороннее и гармоничное развитие личности ребенка.
- осознанное отношение к здоровому образу жизни.

Воспитательный потенциал программы

Цель- воспитывать умение работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели, сохранять индивидуальность и формировать ситуацию успеха.

Задачи воспитательной работы:

- формирование навыков дисциплины;
- воспитание чувства самостоятельности;
- воспитание уважительного отношения к сопернику, толерантности;
- формирование и укрепление чувства патриотизма.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график на учебный год

<i>Год обучения</i>	<i>Возраст</i>	<i>Дата начала обучения</i>	<i>Дата окончания обучения</i>	<i>Количество уч. недель</i>	<i>Количество занятий в неделю/в уч. г.</i>
года	-7 лет	01 сентября	30 июня		2 раза в неделю/80 ч

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Необходимо наличие просторного, хорошо проветриваемого и освещенного помещения. Необходимо иметь спортивный инвентарь. Для занятий необходимо наличие просторного, хорошо отапливаемого помещения. Необходимо иметь инвентарь:

Спортивный зал

№	Наименование оборудования	Количество
1.	Флажки разноцветные	80
2.	Коврики	10
3.	Мячи большие	10
4.	Мячи средние	10
5.	Мячи малые	10
6.	Мячи футбольные	15
7.	Ворота	2
8.	Кубики, скакалки, обручи, гимнастические палки, флажки,	по количеству детей
9.	Фишки	40
10.	Конусы	10
11.	Гимнастические лавки	4
12.	Гимнастические лестницы	4
13.	Манишки	15
14.	Свисток	2
15.	Мат гимнастический	2
16.	Музыкальный центр с 2 колонками	1

Кадровое обеспечение.

Преподаватель по физической культуре должен быть образованным и квалифицированным специалистом. Безусловно, только педагог, обладающий индивидуальным стилем и владеющий профессиональной компетенцией, вызывает уважение, интерес и симпатию у своих маленьких учеников.

Необходимо отметить, что сегодня наблюдается все большая демократизация педагогической сферы. Это позволяет педагогу в полной мере раскрывать свой творческий потенциал не только в сфере методики проведения занятий, но и в сфере организации педагогического процесса, включающего мониторинг результатов обобщение своего опыта.

Педагог должен уметь строить процесс обучения в системе диалога. Вести обучение, находить компромиссы. Он должен быть другом и помощником.

Современный педагог должен быть инициативен, целеустремлен, уверен в себе, требователен к своей работе, способен к саморазвитию и новаторству.

Славнова Дарья Максимовна, инструктор по физической культуре.

Образование: Среднее профессиональное. ФГБОУ ВО "УГУФК" Педагог по физической культуре и спорту по специальности Физическая культура

Повышение квалификации:

2022 год: Государственное автономно профессиональное образовательное учреждение Свердловской области "Нижнетагильский педагогический колледж №1", "Физическое развитие детей дошкольного возраста в контексте ФГОС ДО".

Педагогический стаж: 3 года

Формы контроля и оценочные материалы

Мониторинг осуществляется с целью эффективности применения данной технологии инструктором по физической культуре, реализующим Программу в начале учебного года (сентябрь) и в конце учебного года (май).

Занятия по обучению детей игре в футбол направлены на укрепление здоровья и повышение уровня физических качеств детей. Развитие физических качеств – одна из важных сторон физического воспитания дошкольника. Для тестирования физических качеств используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

Мониторинг физического развития детей

ФИО ребенка

№	Физические качества	Возраст ребенка
	Бег на 10 м.	
	Бег на 30 м.	
	Челночный бег 3х10м.	
	Прыжок в длину с места	
	Бросок набивного мяча из-за головы стоя	
	Удар по неподвижному мячу правой и левой ногой.	
	Ведение мяча по прямой	
	Ведение мяча змейкой и с изменением направлением.	
	Удар по воротам.	
	Передача мяча ногой друг-другу.	
	Участие в игре футбол с соблюдением правил игры.	

Список литературы

Нормативные документы:

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»»;
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Перечень литературы для педагога:

- .Аксенова Н. Повышение уровня двигательной активности и дозировка физической нагрузки на физкультурных занятиях // Дошкольное воспитание, 2000. № 6. С. 37–48.
- .Вавилова Е. Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость: Пособие для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 1981.
- .Вавилова Е. Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 1983. - 144 с.
- .Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам: Ст. возраст. - М.: Владос, 2004 - 374с
- .Осокина Т. И. Физическая культура в детском саду. Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1978. – 287 с.
- .Рунова М. Формирование оптимальной двигательной активности. Старший дошкольный возраст // Дошкольное воспитание, 2000. № 6. С. 30–37.
- .Пензулаева, Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения с детьми 3-5 лет. – М.: Владос, 2001. – 112 с.
- .Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития

- ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 368 с.
- .Щербак А. К гармонии через движение! // Дошкольное воспитание, 1998. № 6. С. 56; № 8. С. 39
- . Николаева Н И. «Школа мяча»
- . Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду» Москва 2009
- . // Дошкольное воспитание № 6 – 2005г. Л. Волошина, Г. Тиунова «Играем в футбол», стр. 46-52.
- . // Дошкольное воспитание № 6 – 2010г. Б. Куланин «Дошкольники и спортивные игры»

**Календарно - тематическое планирование занятий
по обучению игре в футбол.
Сентябрь**

Задачи:

1. Знакомить детей с историей возникновения футбольного мяча.
 2. Совершенствовать технику бега.
 3. Совершенствовать технику перебрасывания мяча друг другу.
 4. Учить касаться носком центра мяча, лежащего неподвижно.
 5. Учить технике выполнения удара по неподвижному мячу.
- Воспитывать дружеские отношения между детьми.

Занятие 1 Беседа: «История футбольного мяча» (Приложение 4) Ходьба с разными командами (высоко поднимая колено, мяч за спиной, на носках, пятках). Бег с заданиями (змейкой, со сменой ведущего, с препятствиями, с прыжком в высоту в упражнении). ОРУ с мячом (Приложение) Упражнения в футбольной технике: - касание носком центра мяча, лежащего неподвижно); - удар носком ноги по неподвижному мячу в стену. П/и «У кого меньше мячей» (Приложение) Игра - импровизация «Клоун с мячом» Дыхательные упражнения в ходьбе	Занятие 2 Разминка: ходьба с мячом в руках; - бег с заданиями Дыхательные упражнения в ходьбе ОРУ с мячом (тоже) Упражнения в футбольной технике: - удар носком ноги по неподвижному мячу; - передача мяча друг другу в паре с расстояния 2м. П/и «10 передач» (Приложение) Касание носком центра мяча по команде, лежащего неподвижно.
Занятие 3 Игра: «Передай мяч» (Приложение) ОРУ с мячом Игровые упражнения: - «Кто больше» (отбивание мяча от пола); - « Попади» (удар носком ноги на точность); - «Горячая картошка» (перебрасывание мяча руками друг другу). П/и «У кого меньше мячей» (Приложение) Дыхательные упражнения в ходьбе.	Занятие 4 Разминка: - ходьба в колонне по одному с разными заданиями (с высоким подниманием колена, змейкой, спиной); - бег (с ускорением, со сменой направляющего). ОРУ с мячом (тоже) Упражнения в футбольной технике: - удар носком ноги в уменьшенные ворота;

Передача мяча носком ноги друг другу.	- передача мяча руками разными способами друг другу с расстояния 2м. П/и «Я знаю ...» (Приложение) Дыхательные упражнения в ходьбе
---------------------------------------	---

Октябрь

Задачи:

1. Техника безопасности в спортивном зале.
2. Закреплять технику передачи мяча друг другу.
3. Закреплять технику касания носком центра мяча, выполнения удара с места по неподвижному мячу.
- Развивать быстроту реакции и ловкости.
5. Вызывать и поддерживать интерес в двигательной деятельности.

Занятие 1 Беседа: «Техника безопасности в спортивном зале». Строевые упражнения, разминочный бег. ОРУ парами (Приложение) Игровые упражнения: - «Попади в ворота» (удар носком ноги по мячу с места); - «Горячая картошка» (передача мяча руками друг другу в тройке); - «Возьми мяч» (бег с ускорением) П/и «10 передач» Дыхательные упражнения.	Занятие 2 Разминка: - различные виды ходьбы; - бег (змейкой, с ускорением) ОРУ парами Упражнения в футбольной технике: - удар по неподвижному мячу в стену; - передача мяча в паре с расстояния 2м. Игровое упражнение: «Передай мяч» (передача мяча: один игрок передает мяч одной рукой, другой возвращает ногой). Ходьба с перекатами с пятки на носок, чередуя с обычной ходьбой.
Занятие 3 Разминка: - ходьба в полуприседе, на носках, пятках, с перекатом с пятки на носок; - бег - игра «Ловишки». ОРУ в парах Упражнения в футбольной технике: - удар по неподвижному мячу о стену; - передача мяча между ногами в колоннах; - перебрасывание мяча друг другу в тройке. П/и «К своим флажкам» Упражнение: «Вертись мячик» (прокатывание мяча подошвой вперед-назад).	Занятие 4 Игры: «Море волнуется», «Перебеги с мячом на другую сторону». Дыхательные упражнения в ходьбе. Эстафеты: - боковой галоп до ориентира (мяч в руках); - отбивание мяча об пол с продвижением вперед; - удар с места на точность в уменьшенные ворота; Упражнение: «Художник» (сидя на полу нарисовать в воздухе круг мячом, зажатым между стопами)

--	--

Ноябрь

Задачи:

1. Соблюдение личной гигиены.
2. Закреплять технику касания носком центра мяча, лежащего неподвижно.
3. Совершенствовать технику перебрасывания мяча друг другу в паре (тройке) - вратарская техника.
4. Учить имитационному удару по мячу внешней стороной стопы.
5. Учить выполнять удары внешней стороной стопы в стену или цель с места.
6. Побуждать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата.

Занятие 1 Строевые упражнения (перестроения, равнение, размыкание, смыкание приставным шагом); Бег в разных направлениях. Игровое упражнение: «Замри». ОРУ с гимнастическими палками (Приложение) Упражнения в футбольной технике: - перебрасывание мяча в паре друг другу; имитационный удар по мячу внутренней стороной стопы; П/и «Быстро возьми, быстро положи» Дыхательные упражнения в ходьбе. Упражнение: «Вертись мячик»	Занятие 2 Разминка: - ходьба с различными положениями рук; бег - подвижная игра «Ловишки с лентами». Дыхательные упражнения в ходьбе. ОРУ с гимнастическими палками Упражнения в футбольной технике: - имитационный удар внешней стороной стопы; - удар по неподвижному мячу внешней стороной стопы. - перебрасывание мяча друг другу в тройке. П/и «Догони свою пару» Упражнение: «Волна» (стоя на месте передача мяча с одной ноги на другую).
Занятие 3 П/и: «Море волнуется раз» ОРУ с мячом (Приложение) Упражнения в футбольной технике: - удары внутренней стороной стопы в стену; - удары по неподвижному мячу правой и левой ногой по цели (кегли); - подбрасывание и ловля мяча двумя руками с продвижением вперед. П/и «Перелет птиц»	Занятие 4 П/и «Перебеги с мячом на другую сторону площадки» (Приложение). ОРУ с мячом (тоже). Эстафеты: - добежать с мячом до ориентира, ударить по мячу внешней стороной стопы и вернуться обратно; - прыжки с зажатым между ног мячом; - проползти по - пластунски с мячом под дугой.

Упражнение: «Прокати мяч» (сидя на полу прокатывание мяча вокруг себя)	Ходьба в рассыпную с заданиями по сигналу.
---	--

Декабрь

Задачи:

1. Закреплять технику выполнения удара по мячу внутренней стороной стопы.
 2. Учить технике выполнения передачи мяча от водящего игрокам, стоящим по кругу, останавливать мяч подошвой.
 3. Учить технике ведения мяча в произвольном направлении.
- Формировать элементарные умения самоорганизации в двигательной деятельности.

Занятие 1 Разминка: - ходьба, высоко поднимая колени и ударяя по ним мячом, приставным шагом, полуприседе; - упражнения на координационной лесенке (прыжки на двух ногах, на одной ноге, ноги вместе, врозь). ОРУ с малым мячом (Приложение) Упражнения в футбольной технике: - прокатывание мяча на месте правой левой ногой; - удары по мячу с места внутренней стороной стопы; - ведение мяча по залу правой и левой ногой. П/и «К своим флажкам» Индивидуальные игры с мячом (футбольная техника, «Школа мяча»)	Занятие 2 Разминка: ходьба, подскоки; ходьба, бег по гимнастической скамейке; ходьба, бег с ускорением. Дыхательные упражнения в ходьбе ОРУ с малым мячом Упражнения в футбольной технике: - ведение мяча по прямой между ориентирами; - удар по мячу внутренней стороной стопы с попаданием в цель; - передача мяча друг другу внутренней стороной стопы, остановка подошвой; - свободно передвигаясь по залу, останавливать мяч по сигналу. П/и «Передал - садись» (Приложение) Обычная ходьба с перекатом с пятки на носок.
Занятие 3 Разминка: ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, с перекатами с пятки на носок; - бег по диагонали, змейкой; - прыжки на координационной лесенке. ОРУ с малым мячом (Приложение) Упражнения в футбольной технике: - удар мяча по стоящему в центре предмету;	Занятие 4 Разминка: выполнять прокатывание мяча вперед-назад правой и левой ногой; - ходьба по залу между мячами с перепрыгиванием их. Эстафеты: 1. «Проведи мяч»- ведение мяча между стойками 2. «Мяч о стену» - ведение мяча по прямой с ударом о стену, возвращаться бегом.

- удар мяча с места внутренней стороной стопы сквозь дугу. П/и «Уголек» (передача мяча от водящего игрокам). Дыхательные упражнения.	« Не выпускай мяч из круга» - чья команда быстрее пройдет круг, передавая мяч от водящего игрокам.
---	---

Январь

Задачи:

Закреплять технику ведения мяча прямо, между стоек внутренней стороной стопы попеременно то правой, то левой ногой.

2. Закреплять технику удара по неподвижному мячу, с разбега.

3. Учить вратарской технике: передача мяча друг другу и ловля низколетающего мяча.

4. Совершенствовать технику остановки мяча подошвой.

Занятие 1	Занятие 2
Разминка: - ходьба в колонне по одному; - ходьба на прямых ногах, не сгибая колени; - бег со сменой темпа по сигналу; - семенящий бег, переходящий в ходьбу. Дыхательные упражнения в ходьбе. П/и «Удочка» Упражнения в футбольной технике: - удар по неподвижному мячу о стену; - ведение мяча между стоек; - перемещаться боком по скамейке, отбивая ладонями брошенный мяч (расстояние до игрока 2м). П/и «Ловишки в кругу» (Приложение) Упражнения на расслабление, лежа по кругу на полу.	Разминка: - ходьба обычная, спиной, в полуприседе, с ускорением и замедлением на сигнал; - бег змейкой, с ускорением и замедлением; - упражнения на координационной лесенке (прыжки, быстрый бег). Упражнение: «Дотронься до колокольчика» (прыжки в высоту). Дыхательные упражнения в ходьбе. Упражнения в футбольной технике: - удар по мячу с разбега с попаданием в цель; - ловля мяча в прыжке (вратарская техника); - остановка мяча подошвой в парах. П/и «Перебеги с мячом на другую сторону площадки» Малоподвижная игра: «Фигуры»

Февраль

Задачи:

1. Закреплять элементы вратарской техники: ловля низколетающего мяча, прием катящегося мяча, броски мяча вратарем.

2. Закреплять технику произвольного ведения мяча.

3. Учить выполнять финты.

4.Совершенствовать элементы вратарской техники: ловля низколетящего мяча.

Занятие 1 Ведение мяча по залу попеременно то правой, то левой ногой. По сигналу остановка мяча и прокатывание его вперед- назад. П/и «Во встречных колоннах» (Приложение) ОРУ с набивным мячом (Приложение) Упражнения в футбольной технике: ловля и отбивание низколетящего мяча (парами); - ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, отбивая ладонями брошенный мяч (расстояние 2,5 м); Индивидуальное выполнение финтов каждым игроком в паре с инструктором. Ведение мяча по начерченной прямой, то правой, то левой ногой.	Занятие 2 Разминка: ходьба на носках, пятках; - прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед; - ходьба врассыпную. С подачей сигнала остановиться и стоять на одной ноге (правой, затем левой); - тоже в беге. Дыхательные упражнения в ходьбе. ОРУ с набивным мячом Упражнения в футбольной технике: - в паре кидать друг другу мяч и отбивать его ладонями; - отработка отбора мяча у противника (финты). Упражнения выполняются парами. П/и «Кто быстрее» (ведение мяча по прямой в колоннах). Игровое упражнение: «Поза футболиста» (остановка мяча подошвой ноги)
Занятие 3 Разминка: - ходьба обычная, на носках, пятках в полуприседе; Игра: «Прыжок - шутка» (дети встают на четвереньки и пробуют прыгать в сторону). П/и « Не оставайся на полу» Упражнения в футбольной технике: - удар по мячу с разбега; - ловля низколетящего мяча (ладони обращены навстречу мячу: отбивать мяч, брошенный водящим); - вбрасывание мяча из-за боковой линии с места. Упражнение: «Ласточка».	Занятие 4 Игра: «Море волнуется раз» Бег в колонне по одному с ускорением. Дыхательные упражнения. Эстафеты: 1. «Пингвины» (прыжки с зажатым мячом) 2. «По коридору» (ударить «щечкой» по мячу, прокатив его под веревкой, перепрыгнув через веревку, догнать мяч) 3. «Бревнышко» (лежа на спине, мяч в руках, выполнить перекат по гимнастическому мату, прокатить мяч под веревкой, перепрыгнуть ее и догнать мяч).

Март

Задачи:

Продолжать закреплять технику ведения мяча между предметами.

Совершенствовать технику выполнения передачи мяча от игрока к игроку.

3. Совершенствовать элементы вратарской техники: ловля летящего мяча на уровне груди.

4. Совершенствовать в игре технику: ведение мяча известными способами, финтов, отбора мяча у соперника.

Занятие 1 Разминка: ходьба с разными положениями рук, спиной, в полуприседе, скрестным шагом; - бег, прыжки на координационной лесенке. Дыхательные упражнения. ОРУ без предметов (Приложение) Упражнения в футбольной технике: - отработка техники удара по мячу в эстафете; удар по мячу с места, разбега; - ловля летящего мяча на уровне груди (в парах). П/и «Пятнашки» Упражнения на расслабление.	Занятие 2 П/и «Сделай фигуру» (Приложение) Дыхательные упражнения. ОРУ без предметов. Упражнения в футбольной технике: - ведение мяча между предметами поочередно правой и левой ногой; - удар с разбега мячом по предмету; - подбрасывание мяча вверх и ловля его, обернувшись вокруг себя. П /и «Пятнашки» (Приложение) Дыхательные упражнения. Упражнение: «Игроки отдыхают» - самомассаж мышц ног, стоп.
Занятие 3 Подвижная игра: «Ловишки» Дыхательные упражнения в ходьбе. ОРУ с малым мячом (Приложение) Упражнения в футбольной технике: - передача мяча в беге (то же, что и в ходьбе); - удар мячом по предмету. Эстафета: «Футбольный слалом» ведение мяча право, левой ногой между стоек; - обратно бежать с мячом за спиной. П/и « Подвижная цель» (Приложение) Ходьба парами, ускоряя и замедляя темп.	Занятие 4 Подвижная игра: « Ловишки с мячом» (Приложение) ОРУ с малым мячом Упражнения в футбольной технике: - остановка мяча при подошвой по сигналу; - отбивание мяча ладошкой- вратарская техника(парами); Эстафета: «Кто быстрее» (передача мяча ногами друг другу в положении сидя по цепочке в конец шеренги) П/и « Мы веселые ребята» Дыхательные упражнения в ходьбе Упражнение: «Художник» (сидя на полу, нарисовать геометрические фигуры, зажав мяч ногами).

Апрель

Задачи:

- 1.Продолжать учить технике выполнения отбора мяча, выполняя действия парами.
- 2.Продолжатьучить технике владения мячом в эстафетах.
- 3.Учить игре в футбол по упрощенным правилам (по 3 игрока).
4. Совершенствовать технику выполнения точного удара с разбега мячом по предмету.
5. Совершенствовать технику выполнения передачи мяча от игрока игроку в ходьбе, беге.
6. Развивать быстроту, ловкость, выносливость, скоростно - силовые качества.

Занятие 1 Разминка: - ходьба с заданиями; - бег с ускорением и прокатыванием мяча в чередовании с ходьбой. Дыхательные упражнения. ОРУ с футбольным мячом (Приложение) Упражнения в футбольной технике: - передача мяча в паре в ходьбе; - удар по мячу с разбега по предмету; Эстафета: «Прокати под веревкой» (удар по мячу, прокатив под веревкой, перепрыгнуть ее, догнать мяч). «Мини - футбол» - игра по упрощенным правилам по 3 игрока. Дыхательные упражнения, упражнения на расслабление рук, ног, повороты туловища вправо - влево.	Занятие 2 Разминка: - различные виды ходьбы; - бег и прыжки на координационной лесенке. ОРУ с футбольным мячом Упражнения в футбольной технике: - передача мяча в паре в беге; - удар с разбега по предмету с расстояния 3м; - отбор мяча, выполняя действия в паре; Эстафета: 1. «Пингвины» - прыжки с зажатым мячом между ног. Упражнение: «Вертись мячик» (правой и левой ногой)
Занятие 3 - ходьба в колонне по одному, с перекатами с пятки на носок; - бег с захлестом голени назад. Дыхательные упражнения. Упражнения в футбольной технике: - попасть мячом в цель; - передача мяча друг другу знакомыми детям способами. Эстафета: «Передача мяча разными способами» (над головой, между ног) П/и «Удочка» (Приложение)	Занятие 4 П/и «Ловишки с мячом» Дыхательные упражнения. ОРУ с футбольным мячом Упражнения в футбольной технике: - остановка мяча подошвой или внутренней стороной стопы; - передача мяча в беге; Эстафета: «Попади в цель» - ударом ноги по мячу попасть в цель (расстояние до цели 2-3 м) Дыхательные упражнения в ходьбе

Упражнение: «Клоун с мячом» (по сигналу дети изображают клоуна, замерев на месте).	Ходьба парами , ускоряя и замедляя темп.
---	--

Май

Задачи:

1. Продолжать развивать скоростно - силовые качества в эстафетах и игровых упражнениях.
2. Совершенствовать технику отбивания мяча в движении.
3. Продолжать учить игре в футбол по упрощенным правилам (3 игрока).
4. Сдача контрольных нормативов.

Занятие 1 Ходьба по залу врассыпную, перепрыгивая через футбольные мячи. По сигналу сесть на мячи. Дыхательные упражнения. ОРУ с обручами (Приложение) Упражнения в футбольной технике: Эстафета: «Ловкий футболист»- ведение мяча «змейкой» между предметами. Эстафета: « Гонка мячей» - присев, упор сзади. Толкать футбольный мяч ногой вперед до ориентира, обратно бегом. 3. Отбивание мяча в движении игрок выполняет подачу другому игроку, чтобы отбить мяч, нужно к нему добежать). «Мини – футбол» (игра в футбол по упрощенным правилам).	Занятие 2 Игра: «Передай мяч» Дыхательные упражнения в ходьбе. ОРУ с обручами Упражнения в футбольной технике: 1. П/и «Уголек» 2. П/и «10 передач» 3. П/и «Во встречных колоннах» «Мини - футбол» - футбол по упрощенным правилам по 5 игроков. Дыхательные упражнения в ходьбе. Упражнение: «Прокати мяч»- сидя на полу, прокатывать мяч вокруг себя.
Занятие3 Спортивный праздник: «Нас не догонишь!» Участие в муниципальном конкурсе: «Папа, мама, я – спортивная семья»	Занятие 4 Участие в областном фестивале в рамках проекта по направлению «Футбол с детства»

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371142

Владелец Ударцева Надежда Анатольевна

Действителен с 27.01.2026 по 27.01.2027