

Содержание

1. Пояснительная записка.
2. Цель и задачи обучения.
3. Мониторинг достижения планируемых результатов освоения программы.
4. Предполагаемый результат программы.
5. Учебный план.
6. Календарно-тематический план.
7. Учебно-методическое обеспечение.
8. Методическая литература.

**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. Установка на здоровый образ жизни, как известно, не появляется у ребенка сама собой, а формируется в результате определенного педагогического воздействия, сущность которого, по словам И.И. Брехмена, состоит в приобщении к здоровому образу жизни с самого раннего возраста. По мнению ученых В.К. Бальсевиса, Н.И. Шлыка, И.В. Гуштурова, В.С. Зеленина, Т.Д . Кравчука, М.Д. Новиковой, В.И. Осика основы физического и психического здоровья закладываются в дошкольном возрасте. Ведь именно до семи лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на данном этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физкультурой и спортом. Приобщение к спорту с раннего детства дает человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, четность и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы.

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. Овладение видами спортивных упражнений имеет важное значение для разносторонней физической подготовленности детей. В этом контексте весьма привлекательной является идея создания в ДОУ секции по футболу. Почему именно футбол? 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. 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.

* + играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку.
    - 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 применяться начиная уже со средней 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.

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 футбол. С уверенностью можно утверждать, что футбол (в общем случае –на любой более или менее ровной площадке) – любимая игра детей.

**Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы от уже существующих образовательных программ в *том,*** что она предназначена для обучения ***дошкольников*** игре в 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 футбол. Регулярность, планомерность, непрерывность в педагогическом процессе на протяжении всего периода обучения игре в 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 футбол.

Принцип индивидуализации осуществляется на основе здоровьесберегающих технологий.

Принцип непрерывности выражает закономерности построения целостного педагогического процесса.

Принцип цикличности способствует упорядочению процесса обучения игре в 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 футбол.

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

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

Комплексный подход заключается в осуществлении преемственности между возрастными видами деятельности.

Оздоровительный подход решает задачи укрепления здоровья детей в процессе обучения игре в футбол.

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

**Новизна** данной программы состоит в организационном аспекте игры 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 группу обучающихся).

**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 -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 футбол. Вот почему сегодня в 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 футбол.

Обучение детей тесно связанно 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.

**Содержание программы направлено на:**

• создание условий для развития личности ребенка;

* + развитие мотивации к занятию спортом;
  + обеспечение эмоционального благополучия ребенка;
* профилактику асоциального поведения;
* укрепление психического и физического здоровья;
* взаимодействие педагога дополнительного образования с семьей.

**Цель программы–обучение навыкам игры в футбол**и развитиеактивных 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 ребенка.

***Оздоровительные задачи:***

* Развивать физические качества дошкольников.
* Укреплять здоровье детей дошкольного возраста за счет повышения их двигательной активности.
* Актуализировать потребности детей в самопознании, саморазвитии, самосовершенствовании и формированию здоровья собственными силами. Программа рассчитана на дошкольный возраст со сроком на 72 часа обучения.

Программа включает в себя:

***Спортивно-оздоровительный блок (СО)***

Основными видами оздоровительной деятельности являются:

* сюжетные, подвижные и малоподвижные игры с мячом;
* спортивно-силовые упражнения (ОФП, СФП);
* подражательные движения;
* спортивные праздники.

Основными видами совершенствования двигательной деятельности являются:

* физическая подготовка - оздоровительный и общеукрепляющий характер;
* специальная физическая подготовка – развитие всех двигательных качеств по специализации;
* техническая подготовка, нацеленная на первоочередное высококачественное
* освоение техники игры в футбол;
* теоретическая подготовка – ознакомление с терминологией футбола;
* тактическая подготовка – система овладения двигательной «школой», формирует навыки игры в футбол.

Реализация этих направлений в образовательном процессе позволит сформировать у воспитанников чёткие здоровьесберегающие установки и обеспечит их готовность к игре в футбол.

***Блок начальной (предварительной) подготовки детей*** Основными видами данной деятельности являются:

Изучение отдельных элементов:

* отработка передачи мяча друг- другу
* удар по мячу, стоя на месте (на расстоянии 3-4 метра),
* отбивание мяча правой и левой ногой,
* подбрасывание мяча ногой и ловля его руками,
* ведение мяча "змейкой" между предметами, забивание его в ворота.

Потребность в движении, повышенная двигательная активность – наиболее важные составляющие игры в мини футбол. Данный блок позволяет раскрыть творческий потенциал ребенка, подготовить его к участию в соревнованиях по мини футболу. дошкольникам прививаются умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечивается разносторонняя физическая подготовка, сообщаются элементарные теоретические сведения.

**Возраст детей**:участвующих в реализации данной дополнительнойобразовательной программы 5-7 лет.

**Организация обучения:**

Срок освоения программы:72 часа.

Форма обучения: очная.

Форма организации занятий: очная, групповая.

Продолжительность занятия (в зависимости от возрастной категории сформированной группы):

* -старшая группа (5-6лет) - 25 минут;
* -подготовительная группа (6-7 лет) - 30 минут.

Занятия проводятся 2 раза в неделю. Количество детей в группе до 18 человек.

**Планируемые результаты и способы определения их результативности**.

Одним из основных методов такого контроля является наблюдение. Систематические наблюдения позволяют создать целостное представление как о группе в целом, так и о каждом занимающемся. Наблюдение позволяет педагогу-тренеру оценить способности и возможности каждого занимающегося, определить пути обучения и воспитания с учетом особенностей индивидуального развития того или иного воспитанника. Результатом реализации программы должна стать сформированная готовность ребенка овладением навыками игры в мини футбол, двигательными умениями и навыками, развитием двигательных и психических способностей.

Эта готовность включает в себя следующее:

* *общая и специальная физическая* *готовность –* освоение базовых элементов игры в футбол,а именно:ОФП и СФП:
* *техническое мастерство –* **ТМ:**овладение детьми техническими приемами,выполняемые как с мячом, так и без мяча, то есть перемещения игроков, и технические приемы владения мячом. *Тактическое мастерство* -выполнение индивидуальных,групповых икомандных действий, выполняющих определенные игровые функции,
* знание правил игры в мини футбол; *теоретическая готовность –* результаты оцениваются во время занятий,атакже педагог делает выводы о результативности, основываясь на собственных наблюдениях за детьми в процессе игровой деятельности.

**Оценка техники освоения элементов футбола.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Фамилия,имянкаребе** | **Ведение мяча** | | **Остановка**  **мяча** | **Отбор**  **мяча** | **Удар по**  **мячу**  **носком и**  **внутренней**  **стороной**  **стопы** | **Удар**  **ногой**  **по мячу**  **по**  **воротам** | |
| **ногой** |  |  | |
|  |  |
|  |  |
| По | «змейкой» |
| прямой |  |
|  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

1. ведение мяча по прямой и «змейкой»:

«выполнил» - 3 балла / « не выполнил» - 0 баллов;

1. остановка мяча, отбор мяч, удар по мячу носком и внутренней стороной стопы:

3 балла – упражнение выполнено без ошибок,

2 балла – упражнение выполнено с незначительными ошибками,

1 балл – упражнение выполнено с грубыми ошибками,

0 баллов - упражнение не выполнено;

3). Удар ногой по мячу по воротам (3 попытки)

3 балла – 3 попадания

2 балла – 2 попадания

1 балл – 1 попадание,

1. баллов – нет попаданий.

**Учебный план.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** |  |  |  |  |  | **Общее** |  | **В том числе** | | |  |
| **п/п** |  |  | **Наименование разделов** | |  | **кол-во** |  |  |  |  |  |
|  |  | **Теория** | | **Практика** | |  |
|  |  |  |  |  |  | **часов** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. |  | Организационный раздел | | |  | 1 |  | 1 |  | 0 |  |
| 2. |  | Общая физическая подготовка | | |  | 15 |  | 1 |  | 14 |  |
| 3. |  | Специальная физическая подготовка | | |  | 15 |  | - |  | 25 |  |
| 4. |  | Теоретическая подготовка | | |  | 4 |  | 4 |  | 0 |  |
| 5. |  | Технико- тактическая подготовка | | |  | 20 |  | 2 |  | 18 |  |
| 6. |  | Контрольные и тренировочные игры | | |  | 9 |  | - |  | 9 |  |
| 7. |  | Соревнования | | |  | 8 |  | - |  | 8 |  |
|  |  | Итого: |  |  |  | **72** |  | **8** |  | **64** |  |

**Календарно-тематический план.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № занятия | Тема | Кол-во часов |
| 1 | Что такое мини-футбол?»  1.Знакомство с историей игры в футбол.  2.Правила техники безопасности при работе с  мячом | 1 |
| 2 | Изучение правил игры.  2. Игры: «Мяч в кругу», «Пробеги с мячом». | 1 |
| 3-4 | Развитие координации».  1.Упражнения: бег по прямой, бег с поворотами.  2.Игра: «Утки-охотники». | 2 |
| 5-6 | «Развитие координации».  1.Бег по прямой, бег с прыжками. | 2 |
| 7-8 | «Играй, играй, мяч догоняй»  1. Упражнение: бег по прямой  2. Упражнение: бег с быстрыми остановками .  3. Игра: «Вперед с мячом»  4.Подвижная игра: «Прокати мяч в ворота» | 2 |
| 9-13 | «Чувство мяча».  1.Разучить упражнения для формирования  «чувства мяча»  2.Развивать скоростные качества (разные виды  бега) | 5 |
| 14-17 | «Виды шагов».  1. Упражнения:  - приставные, скрестные шаги по прямой,  дугами.  2. Разучить упражнение «Мяч водящему» | 4 |
| 18-21 | «Виды бега».  1.Разучить упражнение «Обгони мяч»  2.Передвижение по площадке бегом, приставными  шагами.  3.Подвижная игра: «Мяч по кругу» | 4 |
| 22-25 | «Виды ударов по мячу».  1.Упражнение: удары ногой по подвешенному  мячу.  2.Упражнение: удары по неподвижному мячу  правой, левой ногой с одного-трех шагов.  3. Подвижная игра: «Сильный удар». | 4 |
| 26-29 | «Сильный удар»  1. Повторить упражнения: «Удары по  неподвижному мячу с разбега».  2.Подвижная игра: «Сильный удар». | 4 |
| 30-33 | «Прием мяча»  1.Прием катящегося мяча внутренней и внешней  стороны стопы на месте.  2.Прием отскочившего от стены мяча подошвой,  внешней и внутренней стороны стопы  3.Подвижные игры: «Подвижная цель»,  «Сильный удар». | 4 |
| 34-37 | «Правила ведения мяча»  1.Ведение мяча правой и левой ногой по прямой  линии;  2.Ведение мяча толчками попеременно обеими  ногами в медленном темпе.  3.Подвижные игры: «Проведи мяч»,  «Кто быстрее до ворот». | 4 |
| 38-41 | «Правила ведения мяча»  1.Ведение мяча правой и левой ногой по прямой  линии;  2.Ведение мяча толчками попеременно обеими  ногами в медленном темпе.  3.Подвижные игры: «Проведи мяч»,«Кто быстрее до ворот». | 4 |
| 42-45 | «Закрепление ранее изученных упражнений»  1.Ведение мяча «змейкой» вокруг предметов;  2.Ведение мяча быстро.  3.Подвижные игры: «Быстро мяч веди»,  «Проведи мяч», «Футбольный слалом». | 4 |
| 46-49 | «Ведение и передача»  1. Передача мяча друг другу.  2.Игры: «Быстро мяч веди», « Ведение мяча  парами», « Гонка мячей», « Смена сторон». | 4 |
| 50-53 | «Борьба за мяч»  1.Один ребенок ведет мяч ногой, другой  улавливает момент и вступает в борьбу за мяч  2.Подвижные игры: «Борьба за мяч», «С двумя  мячами», «Мяч под планкой». | 4 |
| 54-57 | «Играй, мяч не теряй»  1.Подвижные игры»: «Меткий стрелок», «Сбей  городок», «Забей в ворота гол», «Попади в  мишень», «Пингвины с мячом». | 4 |
| 58-61 | «Игра в футбол вдвоем»  1.Упражнение - ловля мяча.  2.Упражнение - отбивание мяча. | 4 |
| 62-65 | «Совершенствуем технику»  1. Совершенствование техники элементов футбола | 4 |
| 66-69 | Учебная игра в мини-футбол»  1.Закрепляем правила игры:  -Цель игры  - участники судейство  -время игры  -счет игры  -правило замены  -выход мяча из игры  -перемещение с мячом  -правила поведения во время игры  -нарушения и наказания за них | 4 |
| 70-72 | «Учебная игра в мини-футбол»  1.Закрепляем правила игры:  -Цель игры  - участники судейство  -время игры  -счет игры  -правило замены  -выход мяча из игры  -перемещение с мячом  -правила поведения во время игры  -нарушения и наказания за них | 3 |
| ИТОГО |  | 72 |

**Учебно-методическое обеспечение:**

* мячи разного веса и диаметра (детские резиновые, футбольные)
* фишки;
* конусы-ориентиры;
* обручи;
* -наглядные пособия: энциклопедии, альбомы с разными видами спортивных игр с мячом;
* набивные мячи;
* ворота для футбола;
* гимнастические скамейки;
* дуги, скакалки, веревки средней длины, стойки.

**Инструкции:**

Программа будет выполнена при условии четкого взаимодействия формы работы, методов, средств обучения тематическим планированием. Содержание работы может корректироваться в зависимости от индивидуальных особенностей детей и от творчества педагога.

**Методическая литература:**

1. Программа «Мир открытий» под редакцией Петерсон Л.Г., Лыкова И.А. «Цветной мир», 2012г.
2. Рунова М.А. «Двигательная активность ребенка в детском саду» - М: «Мозаика-Синтез». 2000
3. Рунова М.А. «Дифференцированные занятия по физической культуре» -М: «Просвещение», 2007год Для всех возрастных групп.
4. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду».М., 1992.1.3.
5. Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!»: Программа и технология
   1. физического воспитания детей 5-7 лет.- Москва, «Владос», 2004 Е.Н. Вавилова. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать». Москва «Просвещение», 1983.
6. А. В. Кенеман «Физическая подготовка детей 6-7 лет к школе». М.. «Просвещение», 1980.
7. Е. И. Касаткина «Школа мяча». -Вологда 2011.
8. Глазырина Л.Д. «Физическая культура дошкольникам». – Москва «Владос», 2004.
   1. Гончарук Г.Н. «Игровая физкультура». – СПб, 2000.