

Департамент образования городского округа город Ярославль  
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 112»

**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующий МДОУ  
«Детский сад № 112»  
Парамонова М.А.  
«28» августа 2020 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
«ЮНЫЕ ФУТБОЛИСТЫ»**

**Целевая группа:** дети 6-7 лет  
**Объем часов:** 36

**Авторы:**  
Зайцева Анастасия Сергеевна,  
старший воспитатель  
Жукова Татьяна Александровна,  
инструктор по физической культуре

Рекомендована  
педагогическим советом  
Протокол № 1  
от «28» августа 2020 г.

г. Ярославль

## Пояснительная записка

**Актуальность** программы определяется тем, что она обеспечивает физическое воспитание личности детей, получение ими начальных знаний о виде спорта «Футбол».

**Направленность** программы: физкультурно-спортивная.

**Цель** программы: формирование физической культуры личности ребенка.

**Задачи** программы:

1. Становление у детей ценностей здорового образа жизни;
2. Развитие представлений о своем теле и своих физических возможностях;
3. Приобретение двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
4. Формирование начальных представлений о футболе, овладение упрощёнными формами игры в футбол.

**Категория обучающихся** – возрастная группа 6-7 лет.

**Характеристика особенностей развития детей**

На протяжении шестого и седьмого года жизни ребенка динамика процессов в его организме очень высока: существенно прибывает мышечная сила, значительно улучшается координация движений, сформулированные ранее умения превращаются в навыки. Старший дошкольник способен различать направление, амплитуду, скорость и ритм движения, изменять характер движения, проявлять выразительность, например, имитируя действия животных и птиц. Он способен совершать действия, требующие приспособления к изменяющимся условиям (убегать от водящего в игре и т.п.), а также сочетать несколько действий (броски и ловля мяча с хлопками, бег со скакалками, бег по кочкам и т.д.). Иначе говоря, на данном этапе создаются возможности для систематического обучения основам техники физических упражнений.

**Срок реализации:** 1 год.

**Условия реализации образовательной программы**

Форма обучения – очная.

Занятия проводятся один раз в неделю по вторникам в 16.00 продолжительностью 30 мин.

Программа "Юные футболисты" разработана в соответствии с принципами и подходами:

1. Построение образовательной деятельности по обучению игре в футбол на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка;
2. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником образовательных отношений в процессе обучения игре в футбол;
3. Сотрудничество с семьями воспитанников в различных формах образовательной деятельности;
4. Поддержка инициативы детей в спортивно-игровой деятельности;
5. Формирование познавательных интересов в спортивно-игровой деятельности;
6. Приобщение детей к физической культуре через игру в футбол.

**Ожидаемые результаты освоения программы** соответствуют целевым ориентирам ФГОС ДО на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность во время игры в футбол, общении, способен выбирать себе участников по совместной деятельности;

- ребенок обладает установкой положительного отношения к физической культуре, к другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвуя в совместных играх в футбол;

- ребенок способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявлять свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

- ребенок владеет упрощенными формами игры в футбол, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения,

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения поступкам игроков;

- ребенок обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в футболе.

# 1. Содержание образовательной программы

## 1.1. Примерный план-график распределения программного материала

Основные двигательные действия	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
<b>Ходьба</b>									
На носках	+	+	+	+	+	+	+	+	+
На пятках	+	+	+	+	+	+	+	+	+
На внешнем своде стопы	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Перекатом с пятки на носок			+	+	+	+	+	+	+
Широким шагом	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Выпадами вправо и влево			+	+	+	+	+	+	+
С поворотами туловища вправо и влево				+	+	+	+	+	+
<b>Бег</b>									
Обычный	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Спиной вперед	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Скрестным шагом		+	+	+	+	+	+	+	+
Приставным шагом	+	+	+	+	+	+	+	+	+
<b>ОРУ</b>									
С малым мячом	+	+	+	+	+	+	+	+	+
С футбольным мячом	+	+	+	+	+	+	+	+	+
С короткой скакалкой	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Без предмета	+	+	+	+	+	+	+	+	+
<b>Бросание мяча руками</b>									
Бросок мяча из-за головы (вбрасывание)	+	+	+	+	+	+	+	+	+
<b>Беговые упражнения</b>									
Бег с высоким подниманием бедра	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Бег с захлестыванием голени	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Семенящий бег	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Бег приставным шагом	+	+	+	+	+	+	+	+	+
<b>Прыжковые упражнения</b>									
Спрыгивание с высоты (40 см)			+	+		+			
Запрыгивание на		+		+	+		+		+

маты (20-30 см)									
Перепрыгивание через плоские палки	+	+	+	+					
Прыжки с продвижением вперёд (на 1 ноге, с 2 ног)				+		+	+		+
<b>Метание, забрасывание</b>									
Метание малого мяча на дальность и в цель	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Броски футбольного мяча из-за головы вдаль	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Броски медицинбола из-за головы с параллельных ног	+		+		+		+		+
Броски медицинбола снизу вперёд		+		+		+		+	
Броски медицинбола от груди	+		+		+		+		+
Толкание медицинбола правой и левой рукой		+		+		+		+	
<b>Прокатывание мяча ногами</b>									
Внутренней стороной стопы	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Прокатывание мяча внутренней частью подъёма (удар)	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Прокатывание мяча средней частью подъёма (удар)	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Остановка катящегося мяча подошвой	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Остановка мяча внутренней стороной стопы	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Ведение мяча	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Отбор мяча в выпаде				+	+	+	+	+	+

Ритмическая гимнастика									
Футбольная аэробика (с мячом)	+	+		+		+		+	
Степ аэробика			+		+		+		+
Фитбол аэробика		+		+		+		+	
Упражнения на координационной лесенке									
В ходьбе	+	+	+	+	+				
В беге						+	+	+	+
В прыжках	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Подвижные игры:									
Подвижная цель	+		+			+			
Ведение мяча парами			+		+		+		
Гонка мячей	+			+				+	
Задержи мяч		+				+		+	
Игра в футбол вдвоем			+		+		+		+
Забей в ворота		+		+		+			
У кого больше мячей	+								
Футболист	+	+		+		+			
Забей гол			+		+			+	
Смена сторон					+	+	+		
Футбольный слалом						+		+	+
С двумя мячами					+		+		+
Сильный удар						+		+	+
Самостоятельные игры с мячами, соревнования									
Игра в футбол по упрощённым правилам		+	+	+	+	+	+	+	+
Игры-эстафеты	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Сдача контрольных нормативов	+								+

## 1.2. Планирование досуговой деятельности

Наименование	Сроки
<b>Региональные мероприятия</b>	
Летние семейные игры	Сентябрь
Новогодняя футбольная ёлка	Декабрь
Зимние семейные игры	Февраль
Итоговый смотр-конкурс «Футбольная лига»	Июнь
<b>Мероприятия ДОУ</b>	
Спортивное развлечение «Футбол-футболыч»	Сентябрь
Спортивный досуг «Нас не догонишь!»	Октябрь
Гражданско-патриотический праздник «День Народного Единства»	Ноябрь
Спортивный праздник «Всемирный день футбола»	Декабрь
Физкультурное развлечение «Футбольное крещение»	Январь
Гражданско-патриотический праздник «День Защитника Отечества»	Февраль
Физкультурное развлечение «Ярославские девчата»	Март
Эстафеты с элементами футбола «Веселые старты»	Апрель
Физкультурное развлечение «Мы - футболисты!»	Май
Совместное развлечение детей подготовительных и старших групп «Старты надежд»	Июнь

## 1.3. Взаимодействие с семьями воспитанников

Наименование	Сроки
Презентация проекта «Футбол с детства» для родителей воспитанников	Сентябрь
Консультация для родителей воспитанников «Футбол, как эффективное средство улучшения физической подготовленности воспитанников»	Ноябрь
Мастер-класс для родителей воспитанников «Как воспитать успешного спортсмена?»	Январь
Консультация врача-педиатра «Футбол и здоровье ребенка»	Февраль
Открытый просмотр ООД «Развитие основных физических качеств юных футболистов»	Апрель
Спортивные соревнования среди семейных команд «Футбольный турнир»	Май

Сотрудничество с семьей является одним из важнейших условий реализации Программы. Установление конструктивных отношений с родителями оказывает существенное влияние на конечное освоение детьми Программы. Объединение усилий администрации ДОУ, воспитателей группы, инструктора по физической культуре, семей воспитанников создают атмосферу, в которой родители чувствуют, что им рады, и они являются полноценными партнёрами (участниками) образовательного процесса.

Одной из продуктивных форм взаимоотношений участников образовательного процесса является семейный клуб. Формирование родительского комитета в рамках семейного клуба позволяет заручиться помощью и поддержкой родителей.

*Формы работы с родителями:*

1. Информационно-наглядные

- оформление информационных стендов,
  - изготовление рекомендаций, памяток,
  - выставки детских работ,
  - фотовыставки,
  - информация на сайте ДОО.
2. Индивидуальные
- беседы,
  - консультации.
3. Коллективные
- тематические консультации,
  - беседы.
4. Познавательные
- родительский клуб,
  - педагогическая гостиная,
  - проектная деятельность,
5. Аналитические
- анкетирование.
6. Досуговые
- физкультурные досуги,
  - выставки, конкурсы.

#### **1.4. Повышение компетенции педагогов**

Наименование	Сроки
Презентация проекта «Футбол с детства» для педагогов подготовительных групп	Сентябрь
Мастер-класс для педагогов подготовительных групп «Футбол, как спортивная игра с правилами»	Октябрь
Мастер-класс для педагогов подготовительных групп «Развитие технико-тактических умений воспитанников через игровые упражнения с мячом»	Ноябрь
Педагогическая гостиная «Футбол и здоровье ребенка»	Февраль
Спортивные соревнования среди педагогов ДОО «Комический футбол»	Апрель
Отчет о результативности реализации педагогической деятельности на основе примерной образовательной программы «Юные футболисты»	Май

Содержание программы дополняет содержание образовательной деятельности в образовательной области «Физическое развитие» основной образовательной программы МДОУ «Детский сад № 112» и позволяет последовательно решать задачи физического воспитания дошкольников подготовительной группы.

Основной формой организации обучения и воспитания дошкольников является организованная образовательная деятельность в области физическое развитие. Оно строится в соответствии с дидактическими принципами и методическими закономерностями физического воспитания дошкольников.



Командный характер игры в футбол предусматривает повышенное требование к взаимодействию между игроками, необходимость решения коллективных задач. В связи с этим необходимо использовать в процессе обучения элементы командных спортивных игр с правилами, игровые упражнения, эстафеты и подвижные игры.

При организации и проведении занятий по футболу следует строго соблюдать правила техники безопасности и охраны труда.

**Мониторинг результативности** освоения программы проводится на диагностических занятиях, а также в форме соревнований (турниры по футболу в дошкольной лиге, итоговые смотры-конкурсы физической подготовленности).

## 2. Обеспечение Программы

### 2.1. Материально-техническое обеспечение

Тип оборудования	Наименование
Для ходьбы, бега, равновесия	Мячи резиновые разных размеров
	Ворота футбольные
	Доска с ребристой и гладкой поверхностью
	Коврики массажные
	Дорожка – змейка (канат), клеённая
	Скамейка гимнастическая
	Модуль мягкий
Для катания, бросания, ловли	Кегли
	Мяч для массажа
	Мешочек с грузом малый
	Мячи нестандартные
Для прыжков	Батут детский
	Скакалка
Для ползания лазанья	Дуга большая и малая
	Канат с узлами
	Канат гладкий
	Туннели тряпочные
	Стенка гимнастическая
Для общеразвивающих упражнений	Гантели
	Мяч набивной
	Обручи
	Палка гимнастическая
Для игр	Комплект для детских спортивных игр

### 2.2. Методическое обеспечение Программы

#### 2.2.1. Список литературы:

- Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 112 с.
- Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания для дошкольников подготовительной группы на основе футбола [Текст] / под общ. ред. Н.С. Федченко. – М.: 2013;
- Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Физкультура и спорт, 2014. – 176 с.

#### 2.2.2. Учебно-методические материалы к примерной образовательной программе «Юные футболисты»

- конспекты бесед с детьми;
- видеоматериалы мастер-классов;
- конспекты физкультурных занятий;
- конспекты консультаций для воспитателей и родителей;
- обучающие материалы и презентации для педагогов;
- памятки по технике игры в футбол;
- картотека подвижных игр;
- примерные положения физкультурных мероприятий;
- описание методик развития двигательных способностей детей;
- конспекты досугов и праздников.

#### 2.2.3. Нормативное обеспечение:

- Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ [Электронный ресурс] // Гарант [сайт]. – режим доступа: <http://base.garant.ru/70291362/> (20.04.2021)
- Об утверждении регионального проекта «Разработка и внедрение организационно-педагогической модели культурно-досуговой деятельности детей на основе массовых видов спорта»: приказ департамента образования Ярославской области № 285/01-03 от 27.04.2016 [Электронный ресурс] // ГАУ ДПО ЯО «Институт развития образования» [сайт]. – режим доступа: <http://www.iro.yar.ru/index.php?id=1364> (20.04.2021)
- Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»: постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 [Электронный ресурс] // Гарант [сайт]. – режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74993644/> (20.04.2021)
- Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования: приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 [Электронный ресурс] // Гарант [сайт]. – режим доступа: <http://ivo.garant.ru/#/document/70512244/paragraph/1:1> (20.04.2021)