

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Заиграевский центр детского и юношеского творчества»
671310, Республика Бурятия, Заиграевский район, пос. Заиграево, ул. Ленина, дом 24,
тел: (8 30136) 4-18-61; e-mail: pwl.nl24@mail.ru, zcdut@govrb.ru

Принята на заседании
педагогического совета

от «24» августа 2023 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
директор МБУ ДО
«Заиграевский ЦДЮТ»



_____ Попова М.П.

«04» сентября 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности

«Богатырь»

Возраст обучающихся: 5 - 7 лет
Срок реализации программы: 2 года

Автор – составитель:

Попов М.А.,
педагог дополнительного образования

п. Заиграево
2023 г.

1. Пояснительная записка

1. Основные характеристики программы:

1.1. Дополнительная общеразвивающая программа «Богатырь» (далее Программа) реализуется в соответствии с **физкультурно-спортивной направленностью образования**. Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Конституция РФ;
- Конвенция ООН «О правах ребенка»;
- Федеральный закон от 29.12.12 г. № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», гл. 1 ст. 2 п. 9, гл.2 ст. 12 п. 4,5,6;
- Письмо Министерства образования РФ от 18.06.03 г. М 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций. СанПиН 2.4.1.3049-13 (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 15.05.2013 г.);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008).

Программа разработана в соответствии с требованиями к программам дополнительного образования детей.

1.2. Актуальность программы обусловлена потребностями в двигательной активности детей дошкольного возраста.

В настоящее время охват детей дошкольного возраста занятиями футболом незначителен. Специалисты в области физической культуры и спорта указывают на положительное влияние игровых видов спорта на психофизическое развитие дошкольников и на необходимость разработки специальных программ, в том числе и по футболу, в основе которых должны лежать закономерности игры, учет онтогенетических особенностей развития ребенка и опыт работы детских тренеров.

1.3. Отличительные особенности программы **Тип программы:** модифицированная.

За основу взята «Дополнительная общеобразовательная программа «Школа мяча» г.Москва, 2018г, составитель: педагог дополнительного образования Халиков М. Р. В программе «Богатырь» конкретизирован модуль»Футбол». Футбол как специфический вид двигательной деятельности позволяет создать условия для нормального физиологического, психического и физического развития ребенка, а также формирования социально значимых личностных качеств детей. Эта игра сочетает ходьбу, бег, прыжки с одновременным использованием различных ударов, ведений, передач мяча, бросков, ловли и т.д. В футболе быстро меняются игровые ситуации, требующие от занимающихся высокой координации движений, точности и быстроты их выполнения, что особенно важно для детей старшего дошкольного возраста, организм которых обладает большим потенциалом для формирования различных видов двигательных действий, характеризуется интенсивным развитием.

1.4. Педагогическая целесообразность программы

Несмотря на педагогическую ценность элементов спортивных игр, в имеющихся программах для ДОУ по физическому воспитанию обучению элементам игры в футбол не уделяется должного внимания. Проблема заключается в необходимости разработки научного и методического обеспечения занятий футболом с детьми дошкольного возраста. Одним из аспектов решения данной проблемы в дошкольном учреждении является внедрение программы по обучению воспитанников старшего дошкольного возраста элементам игры в футбол.

Развитие физических способностей детей необходимо осуществлять в интеграции воспитательно-образовательного процесса и кружковой работы. Для достижения оптимального результата образовательной деятельности занятия должны проводиться эмоционально, с большим использованием игровых упражнений с мячом, игр с предметами, что позволяет дольше поддерживать интерес детей, повышать эффективность и точность выполнения упражнений с мячом. Особое внимание уделять формированию двигательных навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способам владения мячом: ведение, броски, передачи, обманные движения и т.п.

Содержание программы сориентировано на создание у детей хорошей физической подготовки, воспитание нравственно-волевых, моральных качеств, чувства коллективизма.

1.5.Цель программы - повышение уровня физического развития старших дошкольников посредством освоения движений с мячом и изучения доступных элементов техники наиболее популярной спортивной игры футбол.

1.6.Задачи:

Образовательные:

1. Приобщать детей к здоровому образу жизни и систематическим занятиям по физической культуре;
2. Привить интерес к командно-игровым элементам вида спорта-футбол.
3. Содействовать формированию первоначальных умений выполнения движений с мячом, освоению элементов техники доступных видов спортивной игры футбола и развитию двигательных способностей;
4. Сформировать представления об общих правилах, культуре и способах ведения соревновательной борьбы;

Развивающие:

1. Развивать волевою, мотивационную и эмоциональную сферы, создавать условия для нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания детей
2. Развивать умение ориентироваться на площадке, находить удобное место и маневры для ведения игры.
3. Развивать ловкость, выносливость, координацию движений, меткость.

Воспитательные:

1. Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.
2. Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

1.7. Возраст детей, которым адресована программа Участниками образовательного процесса являются дети 4-8 лет, старшие и подготовительные группы детского сада. Ориентировочное количество детей в 4 группах – 100 человек., в каждой возрастной группе по 25 детей.

Место проведения занятий – спортивный зал (холодное время года), спортивная площадка на мини-стадионе (теплое время года)

2.ОБЪЕМ ПРОГРАММЫ:

2.1.Объем программы

Объем программы «Богатырь» составляет 72 часа.(на одну группу) Общее количество часов на 4 группы составляет 288 часов в год.

Количество занятий (одна группа) – 2 занятия в неделю, 8 занятий в месяц, 72 занятия в учебном году.

2.2.Срок реализации программы

Срок обучения -1 год. (с сентября по май).

2.3.Режим занятий

Количество занятий (одна группа) – 2 занятия в неделю, 8 занятий в месяц, 72 занятия в учебном году.

Время кружкового занятия для детей : дошкольный

возраст 4-5 лет- 25минут. старший дошкольный

возраст 6-8 лет – 35-45 минут.

3.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

3.1. Планируемые результаты к концу обучения

К концу срока обучения дети могут освоить:

Знания:

- историю зарождения спортивной игры футбол.
- правила ведения счета в футболе;
- значение разминки, утренней зарядки, режима дня, дыхательных упражнений;
- спортивную терминологию;
- правила поведения и технику безопасности на футбольной площадке.

Умения и навыки:

- вести мяч ногой произвольно любым способом (правой, левой), по извилистой линии, по коридору, между предметами, обводя их; - выполнять удары по мячу с места, с разбега, с попаданием в цель;
- останавливать (принимать) мяч во время передачи.

3.2. Способы и формы проверки результатов

Физическая подготовленность и результаты освоения умений и навыков отслеживаются в ходе мониторинга, перед началом и по окончании учебного года.(Карта обследования – приложение 1).

Периодичность мониторинга обеспечивает возможность оценки динамики достижений детей, сбалансированности педагогических методов.

Получаемая в ходе мониторинга информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции.

II.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1 Учебно-тематический план

		Количество часов
--	--	------------------

№ П/п	Наименование учебной деятельности	Всего
1	Основы знаний(теоретические занятия)	9
2	Элементы футбола(практические занятия)	46
3	Физкультурный досуг	8
4	Мониторинг	9
	Итого:	72ч.

**2.2. Содержание тем программы физкультурно-спортивной направленности «Богатырь»
Освоение и совершенствование элементов техники футбола**

Направление работы	Содержание
<p>Основы знаний</p> <p>I. Подготовительная работа</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Знакомство с историей игры в футбол - Правила техники безопасности при работе с мячом - Просмотр видеоматериалов - Изучение правил игры. <p>Обучение элементам перемещения</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать навыки бега: бег по прямой, бег с быстрыми остановками, с поворотами, прыжками, приставными шагами, скрестные шаги по прямой, медленный бег, бег с ускорением, бег спиной вперед, - умение работать в команде - развивать двигательные качества

<p>II. Обучение способам действия</p>	<ul style="list-style-type: none"> - подготовительные упражнения без мяча и с мячом без передачи мяча партнёру (подкидывать мяч ногой, ловить его руками; подкидывать мяч ногой вверх несколько раз подряд, отбивая его верхом стопы, внутренней её стороной и т.д.); передача мяча партнёру (отбивая его ногой с ходу; останавливать катящийся мяч внутренней частью ступни и посылать его обратно); - обучить навыкам удара по мячу - формировать навыки приема, передачи, ведения мяча - обучение элементам отбора и вбрасывания мяча - формировать навыки остановки мяча - формировать навыки забивания мяча в ворота - формировать навыки техники игры вратаря - закреплять навыки бега
<p>III. Подводящие упражнения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - перемещение по площадке по прямой и «змейкой» -.удар по неподвижному мячу. - удар по мячу после его остановки. - удар по мячу, движущему на встречу. - прием мяча - ведение мяча - ведение мяча «змейкой», вокруг стоек - передача мяча друг другу - забивание мяча в ворота - учебная игра

<p>IV. Организация игры Мини-футбол</p>	<p>Цель команды в игре – забить как можно больше мячей в ворота противника, а после потери мяча защитить свои ворота, соблюдая при этом правила игры. Каждая команда состоит из 5-8 детей и нескольких запасных. Один игрок – капитан. Игроки команды должны иметь отличительные знаки. Игра продолжается 20 минут. Время игры делится на 2 половины по 10 минут пятиминутным перерывом. В конце игры проводится малоподвижная игра (3-5 минут) с целью проведения организма ребенка в более спокойное состояние.</p> <p>Мяч считается забитым в ворота, если он полностью прошел, линию ворот между стойками под перекладиной и если при этом не были нарушены правила игры. Команда, забившая большое количество мячей считается победившей. Если не забито не одного мяча или обе команды забили одинаковое количество мячей, игра считается</p>
	<p>законченной в ничью.</p> <p>Мяч для начала удара ставиться на землю в центре поля. И игра начинается по сигналу воспитателя. После забитого мяча игра возобновляется так же, как и в начале игры, игроком команды, в ворота которой был забит мяч. После установленного перерыва команды меняются сторонами.</p>

2.3. Календарный учебный график.

Освоение и совершенствование элементов техники футбола.

Время проведения занятий вторая половина дня с 16.00 до 17.00 часов.

Примерная дата проведения, объем	Тема занятий	Обучение элементам техники движений с мячом
Первая неделя каждого месяца(сентябрь-май) (1 занятие)	Основы знаний	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство с историей игры в футбол 2. Правила техники безопасности при работе с мячом 3. Просмотр видеоматериалов 4. Изучение правил игры. 5. Игры: «Мяч в кругу», «Пробеги с

		мячом». Передача мяча друг другу ногой
4 неделя каждого месяца(сентябрь-май) (1 занятие)	Мониторинг	Мониторинг
1,2,3недели сентября (5 занятий)	Перемещение по площадке	- бег по прямой - бег с быстрыми остановками, поворотами, прыжками - приставные, скрестные шаги по прямой, дугами. - подвижные игры: «Вперед с мячом», «Прокати мяч в ворота», «Утки-охотники».
4 неделя сентября (1 занятие)	Удары ногой по мячу	1. Удары ногой по подвешенному мячу 2. Удары по неподвижному мячу правой, левой ногой с одного-трех шагов 3. Удары по неподвижному мячу с разбега 4. Подвижные игры: «Футболист», «Сильный удар».
1 -2 недели октября (3 занятия)	Прием мяча	Прием катящегося мяча внутренней и внешней стороны стопы на месте. Прием отскочившего от стены мяча подошвой, внешней и внутренней стороны

		стопы Подвижные игры: «Подвижная цель», «Сильный удар».
3-4-неделя октября (3занятия)	Ведение мяча	Ведение мяча правой и левой ногой по прямой линии; Ведение мяча толчками попеременно обеими ногами в медленном темпе. Подвижные игры: «Проведи мяч», «Кто быстрее до флажка»,

1-2 недели ноября (3 занятия)	Ведение мяча	Ведение мяча «змейкой» вокруг предметов; Ведение мяча быстро Подвижные игры: «Быстро мяч веди», «Проведи мяч».
3-4 недели ноября (3 занятия)	Передача мяча друг другу	Передача мяча друг другу Игры: «Быстро мяч веди», «Ведение мяча парами», «Гонка мячей», «Смена сторон»
1-2 недели декабря (3 занятия)	Ведение и отбор мяча	Один ребенок ведет мяч ногой, другой улавливает момент и вступает в борьбу за мяч Подвижные игры: «Борьба за мяч», «С двумя мячами», «Мяч под планкой»
3-4 неделя декабря (3 занятия)	Попадание мячом в предметы Забивание мяча в ворота	Подвижные игры: «Меткий стрелок», «Сбей городок», «Забей в ворота гол», «Попади в мишень», «Пингвины с мячом».
2-3-4 неделя января (5 занятий)	Техника игры вратаря	«Игра в футбол вдвоем» ловля, отбивание мяча
1 неделя февраля (1 занятие)	Эстафеты	Совершенствование техники элементов футбола
2 неделя февраля (2 занятия)	учебная игра «Мини-футбол	Правила игры для дошкольников: - 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
3-4 недели февраля (3 занятия)	учебная игра	Совершенствование техники элементов футбола; правил игры Соревнования между двумя командами по мини-футболу

1-2 недели марта (3 занятия)	Прием мяча	Прием катящегося мяча внутренней и внешней стороны стопы на месте. Прием отскочившего от стены мяча подошвой, внешней и внутренней стороны стопы Подвижные игры: «Подвижная цель», «Сильный удар».
3-4 неделя марта (3 занятия)	Досуг	Досуг, спортивная эстафета с элементами футбола
1-2 недели апреля (3 занятия)	Прием мяча	Прием катящегося мяча внутренней и внешней стороны стопы на месте. Прием отскочившего от стены мяча подошвой, внешней и внутренней стороны стопы Подвижные игры: «Подвижная цель», «Сильный удар».
3-4 недели апреля (3 занятия)	Учебная игра «Мини футбол»	Правила игры для дошкольников: - 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
1-2 недели мая (3 занятия)	Техника игры вратаря	«Игра в футбол вдвоем» ловля, отбивание мяча вдвоем.
3-4 недели мая (3 занятия)	Эстафеты	Совершенствование техники элементов футбола

III. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ И ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ.

3.1. Методическое обеспечение программы:

Основной формой обучения являются групповые занятия. Учебнотренировочные занятия строятся с учетом постепенного нарастания, а затем снижения физической нагрузки. Кроме этого используются следующие формы организации непосредственно-образовательной деятельности на занятиях:

- индивидуальная работа;
- парная и групповая работа;
- коллективная работа.

Структура занятий программы «Богатырь» стандартная, включает подготовительную, основную и заключительную части. В подготовительной части (5-10 минут) проводится разминка по общефизической подготовке, а также упражнения с мячом, развивающего и чаще всего игрового характера. Часто эти движения являются сходными по своей структуре с основными движениями игр, которые проводятся в основной части занятия. Цель: озвучивание учебной задачи, подготовка к основной части, мотивация, постепенный разогрев мышц. Основная часть занятия (15-30 минут) включает подвижные игры, активные упражнения с мячом с элементами соревнования. Цель: формирование навыков действий с мячом и умений применять их в игровых условиях. Заключительная часть (5 минут) включает подведение итогов и малоподвижную игру. Цель заключительной части (3-5 минут): приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние при сохранении бодрого настроения.

Возможны такие варианты занятий, при которых во всех частях используются игры с мячом. Занятия такого типа чаще всего проводятся с целью закрепления и совершенствования действий с мячом.

На обучающих занятиях детям дается новый материал, формируются умения и навыки. Итоговые занятия проводятся с целью закрепления и совершенствования действий с мячом.

Используемые методы:

- показ способа действия;
- объяснение;
- игровой метод.

3.2. Условия реализации программы:

Место проведения занятий – спортивный зал (холодное время года), спортивная площадка на мини-стадионе (теплое время года)

Для занятий используются: резиновые мячи диаметром 18-20 сантиметров, футбольные мячи, напольные корзины, стойки, разные мишени,

пластмассовые мячи и кубики разного цвета, мячи-фитболы, кегли, гимнастические палки, различные дорожки, кружки, городки.

3.3 Список литературы.

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду». М., 1992.-159с.
- 2.Вайн Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых/ Пер. с итал.- М.: Терра-Спорт; Олимпия Пресс, 2004г.-244с.(Первый шаг)
3. Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!»: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. М., 2004г.
4. Е.Н Вавилова. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать». Москва «Просвещение», 1983.
- 5.Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!»: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. М., 2004
- 6.Гончарук Г.Н. «Игровая физкультура». – СПб, 2000.
- 7.Касаткина Е.И.«Школа мяча» Вологда 2011
- 8.Кузнецов А,А. Футбол. Настольная книга детского тренера. I этап(8-10 лет) – М.: Олимпия; Человек,2007.-112с.
- 9.// Дошкольное воспитание №6 -2010 г. Б.Куланин « Дошкольники и спортивные игры», стр. 60-62.

Оценка техники освоения элементов спортивной игры футбол.

ре Ф.бе И. нк а	Ведение мяча ногой		Остановка мяча	Отбор мяча	Удар по мячу носком и внутренней стороной стопы	Удар ногой по мячу по воротам
	По прямой	«змейкой»				

- 1) ведение мяча по прямой и «змейкой»:
 - «выполнил» - 3 балла / « не выполнил» - 0 баллов;
- 2) 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, 0 баллов – нет попаданий.

Общая оценка уровня овладения техникой специальных действий с мячом

15 –высокий уровень, 8 –средний уровень, 0-7 –низкий уровень.

Ф. И. ребенка	Общая оценка