



Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 223»
(МБДОУ «Детский сад № 223»)

Принято на Педагогическом совете
от 22.08.2022 г. № 1

Утверждено приказом
от 27.09.2022 № 232 - о.д.

Дополнительная общеобразовательная программа –
«Весёлый мяч (5-6лет)»
Муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения «Детский сад № 223»
Период реализации: 7 месяцев

Период реализации: 7 месяцев

Составитель:
педагог дополнительного образования
Л.К.Сутормина

г. Нижний Новгород
2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1	Пояснительная записка	3-5
2	Организационно-педагогические условия	6-7
2.1	Материально-техническое обеспечение	7
3	Текущий контроль	7-8
4	Формы аттестации	8
5	Учебный план	8-9
6	Календарный учебный график	10
7	Рабочая программа	10-19
8	Оценочные и методические материалы	20-23

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная дополнительная общеобразовательная программа направлена на физическое развитие ребенка – дошкольника, сохранение и укрепление его здоровья, формирование двигательных навыков.

Спортивные игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма, улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств.

Занятия футболом способствуют развитию быстроты, ловкости, координации движений, двигательной реакции, ориентировке в пространстве. Игры с мячом развивают навыки поведения в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, смелости, решительности. Дети учатся управлять своим поведением в различных игровых ситуациях. Социальное развитие ребенка в игре предполагает ориентирование детей на сферу общения и сотрудничества, умение принимать чужие ситуации, как свои. Именно эта способность понимать и чувствовать позицию другого человека составляет фундамент общения друг с другом и со взрослыми. Во время игры дети испытывают самый широкий диапазон переживаний, так же учатся взаимодействовать, сотрудничать, командовать, уступать и т.д. Очень ценно, что занятия спортивными играми и упражнениями способствуют воспитанию у дошкольников положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи.

Достаточная физическая активность детей во время спортивных игр и тренировок, подкрепляющаяся соответствующей тренировкой основных физиологических систем организма (нервной, сердечно – сосудистой и дыхательной) является одним из факторов сохранения и улучшения здоровья, повышения жизненного тонуса.

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

Цель образовательной программы: познакомить детей с правилами игры, учить техническим приемам игры в футбол.

Задачи:

1. Формировать элементарные представления о правилах игры в футбол.
2. Развивать простейшие тактико – технические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка. Учить выполнять их во взаимодействии с другими игроками.
3. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, координационные способности, точность движений, глазомер, выносливость.

4. Развивать морально-нравственные качества: смелость, решительность, справедливость, уверенность в своих силах, самостоятельность, активность, целеустремленность.

5. Воспитывать чувство товарищества, дружеские взаимоотношения, чувство команды.

Отличительные особенности данной программы: начало занятий с детьми старшего дошкольного возраста, постепенное усвоение технических приемов игры в футбол путем усложнения условий их выполнения, наличие игровых методов и приемов обучения, использование метода круговой тренировки.

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы: 5-6 лет.

Сроки реализации дополнительной образовательной программы: 1 года. Программа предусматривает включение ребенка в освоение программы на любом этапе ее реализации

Формы занятий: занятие – тренировка, игровое занятие, занятие – соревнование.

Способы организации детей для выполнения основных движений: фронтальный, подгрупповой, поточный, индивидуальный.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «ВЕСЁЛЫЙ МЯЧ 5-6 ЛЕТ»

МОДУЛЬ	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
1.	<ul style="list-style-type: none"> • Имеет навыки выполнения плавательных действий, связанных с перемещением тела человека в водной среде; • Умеет уверенно и безбоязненно выполнять движения в воде под музыку; • Выполняет упражнения в горизонтальном и вертикальном положениях тела на глубокой и мелкой воде
2.	<ul style="list-style-type: none"> • умеет двигаться под музыку при выполнении упражнений • хорошо развито чувства ритма, пластики в движениях

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Настоящая программа разработана с учётом возрастных и физических особенностей детей 5-6 летнего возраста. Набор носит свободный характер и обусловлен интересами детей и их родителей.

Период реализации программы: 7 месяцев (октябрь- апрель)

Периодичность занятий: 1 раз в неделю, во вторую половину дня.

Длительность занятий: 25 мин.

Наполняемость группы: 8-10 человек

Форма проведения: занятие

Виды занятий:

1. Тренировочное занятие.
2. Занятие-соревнование. (Эстафеты, командные подвижные игры).
3. Занятие в виде круговой тренировки

Структура занятия

1. Подготовительная часть (разминка) - разогревание организма.
2. Основная часть (упражнения в исходном положении стоя) - последовательная «проработка» мышц шеи, рук, туловища, ног.
3. Бег и прыжки - максимальная нагрузка.
4. Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа - комплексная проработка всех групп мышц.
5. Заключительная - восстановление, упражнения на гибкость и расслабление.

Структура комплекса и направленность каждой из его частей:

- Подготовительная часть, или разминка, обеспечивает разогревание организма, подготовку его к основной физической нагрузке.

Вводную часть составляют упражнения, непосредственно воздействующие на весь организм ребёнка. Это движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки, упражнения на коррекцию свода стопы, общеразвивающие упражнения.

- В начале основной части следует серия упражнений различного характера: поднятие рук вверх, в стороны, упражнения для мышц шеи. Следующая серия упражнений – нагрузочная. Здесь предлагаются упражнения интенсивного характера: различные наклоны, раскачивания туловища, выпады, приседания. Подбираются они с таким расчётом, чтобы равномерно «нагрузить» все части тела. Эта серия упражнений проходит в быстром темпе.

- Заканчивается основная часть состоит из беговой серией упражнений. Она проходит в интенсивном темпе, одно упражнение быстро сменяется другим. Здесь не предусмотрено, какие виды прыжков вы будете делать. Главное – добиться высокой интенсивности в этой части комплекса.

Затем предусмотрены 1-2 дыхательных упражнений, позволяющих немного отдохнуть и восстановить свои силы. Затем следует партерная серия из исходных положений лёжа и сидя. Эта группа упражнений предназначена для развития гибкости позвоночника, укрепления мышц спины и брюшного пресса, мышц ног.

Все упражнения рекомендуется выполнять в умеренном темпе, так как они требуют наибольшей затраты энергии. Заканчивается комплекс упражнениями на дыхание, расслабление, гибкость, выполняемыми в медленном темпе. Упражнения на гибкость очень эффективны в конце комплекса, так как хорошо разогретые мышцы наиболее эластичны.

Завершается комплекс упражнениями на расслабление. Цель которых – обеспечить максимальный отдых детей в короткий промежуток времени. Это могут быть упражнения из исходных положений стоя, сидя, лёжа. Они способствуют быстрому восстановлению организма и подготовке его к дальнейшей деятельности.

2.1. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

- Шведская стенка
- Гимнастические скамейки игровое поле с разметкой

- мячи футбольные (на подгруппу детей, 10 шт.)
- скакалки (на подгруппу детей, 10 шт.)
- конусы-ориентиры (10 шт.)
- кегли (10 шт.)
- схемы технических приемов игры в футбол

3. ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ

Текущий контроль проводится на каждом занятии, это оценка качества усвоения пройденного материала на занятии каждым ребёнком. Результат фиксируется в "Журнале учёта занятий" согласно критериям:

критерии	обозначения
У обучающегося усвоение материала находится в стадии формирования	Красная клетка
Обучающий частично освоил материал	Жёлтая клетка
Обучающий освоил материал полностью	Зелёная клетка

4. ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Два раза в год (январь, апрель) проводится промежуточная аттестация – это оценка качества освоения образовательной программы "Весёлый мяч (5-6 лет)" по итогам завершения каждого модуля:

Модуль 1

Модуль 2

Аттестация проводится в форме наблюдения за выполнением упражнений.

Аттестация проводится методом педагогического наблюдения.

5. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ
МОДУЛЬ 1		16
1.	Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке. Инструктаж по технике безопасности во время занятий футболом.	1
3.	техника остановки катящегося мяча подошвой	4
4.	техника остановки опускающегося мяча подошвой	4
5.	техника удара по мячу серединой подъема	4
6.	техника ведения мяча разными способами, обводя препятствия (Промежуточная аттестация)	2,5 0,5
МОДУЛЬ 2		12
1.	техника передачи мяча внутренней стороной стопы в два и одно касание	4
2.	техника остановки низколетающего мяча внутренней стороной стопы	5
3.	техника ведения мяча разными способами с передачей мяча партнеру (Промежуточная аттестация)	2,5 0,5
ИТОГО		28
Длительность одного занятия (академический час)		25 минут
Количество занятий в неделю/ время (минуты)		1/ 25 минут
Количество занятий в месяц / время (минуты)		4/ 100минут
Количество занятий в учебном году / время (минуты)		28/ 700минут

6. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

МОДУЛЬ 1														МОДУЛЬ 2																	
4квартал												1 квартал		2 квартал																	
октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель							
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0,5 0,5П																
																1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0,5 0,5П
Всего занятий за модуль:														15,5/0,5П		11,5/0,5П															
Всего занятий:														28																	

7. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

№ ЗАНЯТИЯ	ТЕМА	Задачи	СОДЕРЖАНИЕ	МАТЕРИАЛ	МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ
МОДУЛЬ 1					
1	Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке. Инструктаж по технике	<ol style="list-style-type: none"> Учить технике выполнения удара по неподвижному мячу в стену с расстояния 2,5-3,5м с места и с разбега Учить касаться носком центра мяча, лежащего неподвижно; 	-Ходьба с высоким подниманием колен, мяч за головой, мяч за спиной- захлест голени назад, на носках, пятках, внешней стороне стопы; -бег враспынную, с прыжком в высоту -игр-е упр-е «Дотронься до колокольчика» -ходьба с передачей мяча под коленом, бег с ритмичными ударами мяча о колено, дых-е упр-я -ОРУ с мячом	-сетка для игры в волейбол, -мячи -верёвка с колокольчиком	с.12-14 Желобкович «Футбол в дет.саду»

	безопасности во время занятий футболом.	3. Совершенствовать технику бега с прыжком в высоту в упр-и «Дотронься до колокольчика»	-упр-я в футбольной технике: -п/и « У кого меньше мячей» -игра-импровизация «Клоун с мячом»		
2-5	Техника остановки катящегося мяча подошвой	1. Упражнять в технике метания мяча в цель с места. 2. Упражнять в ведении мяча различными способами. Развивать умение ориентироваться в пространстве. 3. Воспитывать интерес к игре в футбол.	1. Разминка. - ходьба (на носках, пятках, внутреннем и внешнем своде стопы, и т.д.) - бега: обычный бег, бег спиной вперед, скрестным шагом, приставным шагом, бег с остановками выпадом, поворотами. Прыжки с разбега на мат, перепрыгивая мягкое препятствие. ОРУ с мячами. Упражнение: Две группы игроков выстраиваются в колоннах лицом друг к другу на расстоянии 7 м. Первый игрок из одной группы передает мяч первому из другой и по широкой дуге устремляется вперед, занимая место в конце противоположной группы. Тот кто получил мяч останавливает его подошвой и выполняет удар. П/И «Сумей выбить мяч»	- мячи футбольные - скакалки - конусы-ориентиры - кегли	с.14-15,38-39 Тони Чарльз, Стюарт Рук «Футбол для детей»
6-9	Техника остановки опускающегося мяча подошвой	1. Упражнять в технике остановки катящегося мяча подошвой. 2.Продолжать упражнять в ударах по мячу и ведении мяча ранее освоенными приемами. Развивать ловкость. 3.Воспитывать настойчивость в освоении технических приемов.	1. Разминка. - ходьба с различным заданием. - бег в различных направлениях, гладкий, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, остановки прыжком, выпадом, повороты, спиной вперед. - ОРУ в движении. 2. В парах передачи с остановкой подошвой, правой, левой ногой. 3. упр. №25. 4. Удары по воротам. П/И «Задержи мяч»	- мячи футбольные - конусы-ориентиры - кегли	с.14-15,40-41 Тони Чарльз, Стюарт Рук «Футбол для детей»

10-13	Техника удара по мячу серединой подъема	<p>1.Продолжать упражнять в технике остановки катящегося мяча подошвой.</p> <p>2.Развивать умение сочетать технику ведения мяча разными способами с обводкой предметов. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать целеустремленность, настойчивость в овладении техническими приемами.</p>	<p>1. Разминка - ходьба с различным заданием: Поднимание и опускание рук в стороны, и вперед, сведение и разведение рук вперед, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. - бег «змейкой» без мяча между расставленными в различном положении стойками для обводки, ОРУ.</p> <p>2.В парах – удар внутренней частью подъема, остановка внутренней стороной стопы, на месте, правой, левой ногой.</p> <p>3. удары по воротам внутренней частью подъема. П/И «Мяч в кругу»</p>	<p>- мячи футбольные - конусы-ориентиры - кегли</p>	с.16-17,43-44 Тони Чарльз, Стюарт Рук «Футбол для детей»
14-16	Техника ведения мяча разными способами, обводя препятствия (Промежуточная аттестация)	<p>1. Упражнять в сочетании техники ведения, обводки и остановки мяча, ударах по мячу ранее освоенными способами.</p> <p>2.Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>3. Воспитывать интерес к игровым действиям с мячом.</p>	<p>1.Разминка: - ходьба с выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо и пр.) -бег в различных направлениях, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу, повороты, прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо, перемещение в защитной стойке.</p> <p>2. В парах выполнение удара мяча серединой подъема. остановка подошвой.</p> <p>3.Упр. №25 ,но с выполнением удара серединой подъема.</p> <p>4.Удар по воротам серединой подъема. П/И «Пробеги с мячом»</p>	<p>- мячи футбольные - конусы-ориентиры - кегли</p>	с.18-19,45-46 Тони Чарльз, Стюарт Рук «Футбол для детей»
МОДУЛЬ 2					

17-20	Техника передачи мяча внутренней стороной стопы в два и одно касание	<p>1. Познакомить детей с техникой передачи мяча внутренней стороной стопы в 2 касания.</p> <p>2. Упражнять в технике удара по мячу серединой подъема с разбега в 2-3 шага.</p> <p>3. Поддерживать активность, инициативу детей.</p>	<p>1. Разминка: - ходьба с выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо и пр.) -бег в различных направлениях, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу, повороты, прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо, перемещение в защитной стойке.</p> <p>2. ведение мяча «Змейкой» изученными способами ведения.</p> <p>3. удары по воротам средним подъемом стопы.</p> <p>П/И «Задержи мяч»</p>	<p>- мячи футбольные - конусы-ориентиры - кегли</p>	с.23-24,49-50 Тони Чарльз, Стюарт Рук «Футбол для детей»
21-25	Техника остановки низколетающего мяча внутренней стороной стопы	<p>1.Познакомить с техникой остановки опускающегося мяча подошвой и остановки низколетающего мяча внутренней стороной стопы.</p> <p>2. Развивать внимание, ловкость, координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать волевые качества.</p>	<p>1.Разминка: - ходьба на носках, пятках, полуприседе, с наклоном вперед не сгибая колена. - бег различным способом: спиной вперед, ускорением, захлестыванием голени, подниманием бедра, приставным шагом, остановки, повороты, прыжки.</p> <p>2. ОРУ в движении: круговые вращения рук, попеременные движения рук, подскоки в движении. Стрейчинг на месте.</p> <p>3.п/и Гонка с преследованием» «Корзина для пикника»</p>	<p>- мячи футбольные - конусы-ориентиры - кегли</p>	с.25,51-52 Тони Чарльз, Стюарт Рук «Футбол для детей»
26-28	Техника ведения мяча разными способами с передачей мяча партнеру (Промежуточная аттестация)	<p>1.Продолжать упражнять в технике остановки низколетающего мяча внутренней стороной стопы. 3. Упражнять в ведении мяча разными способами с передачей мяча партнеру, ударах по мячу. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений.</p> <p>3.Поддерживать желание играть в футбол. (Промежуточная аттестация)</p>	<p>1. Разминка: - ходьба с выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо и пр.) Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию. Челночный бег 3x10 м, 4x10 м, встречные эстафеты, беговые и прыжковые упражнения. Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см.</p> <p>2. В парах удар внутренней частью стопы с остановкой внутренней частью стопы.</p>	<p>- мячи футбольные - конусы-ориентиры - кегли</p>	с.25,54 Тони Чарльз, Стюарт Рук «Футбол для детей»

			3. Ведение мяча внутренней частью стопы «змейкой» с ударом по воротам. 4. Тоже с защитником. П/И «Обыграй соперника» - игра один на один с защитником.		
--	--	--	--	--	--

8.ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Два раза в год (январь,апрель) проводится промежуточная аттестация – это оценка качества освоения дополнительной общеобразовательной программы "Весёлый мяч (5-6лет)" по итогам завершения каждого модуля. Аттестация проводится в форме наблюдения за выполнением задания. Результат фиксируется в протоколе, который хранится два года в методическом кабинете.

Характеристика	Обозначение
Красная клетка	необходима поддержка, стимуляция деятельности со стороны взрослого, сам с вопросами к взрослому не обращается
Жёлтая клетка	требуется незначительная помощь взрослого, с вопросами к взрослому обращается редко
Зеленая клетка	выполняет задание самостоятельно, без помощи взрослого, в случае необходимости обращается с вопросами

Обработка результатов промежуточной аттестации:

Красный уровень - Программа находится на стадии формирования.

Жёлтый уровень - Программа частично усвоена.

Зелёный уровень - Программа усвоена в полном объёме.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 223»
(МБДОУ «Детский сад № 223»)**

Протокол №1

промежуточной аттестации по завершению модуля 1 дополнительной общеобразовательной программы "Весёлый мяч" (5-6 лет)

Форма проведения: наблюдение

№п/п	Ф.И.ребёнка	Соблюдения правил безопасности, игры	Перемещения: Обычный бег, спиной вперёд, скрестным и приставным шагом, бег по прямой, дугами, с изменением направления и скорости. Остановки во время бега выпадом и прыжком.	Удары по мячу ногой: удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъёма, по неподвижному и катящемуся мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма.	Ведение мяча: ведение внутренней и внешней частью подъёма. Ведение правой и левой ногой поочередно, по прямой и кругу.	Обманные движения: «уход», выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой.	Игра вратаря: основная стойка вратаря. Передвижения в воротах без мяча скрестным, приставным шагом и скачками.

Дата проведения _____ года

Педагогический работник реализующий дополнительную общеобразовательную программу _____

(ФИО)

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 223»

(МБДОУ «Детский сад № 223»)

Протокол №2

промежуточной аттестации по завершению модуля 2 дополнительной общеобразовательной программы

"Весёлый мяч (5-6 лет)"

Форма проведения: наблюдение

№	Ф.И. ребёнка	<i>Индивидуальные действия без мяча.</i> Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника.	<i>Индивидуальные действия с мячом.</i> Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча.	<i>Групповые действия.</i> Взаимодействия двух и более игроков. Умение точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар.	<i>Индивидуальные действия в защите:</i> правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча (т.е. осуществить закрывание).	<i>Групповые действия в защите:</i> взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных комбинаций».	<i>Действия вратаря:</i> уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара».
1							

Дата проведения _____ года

Педагогический работник реализующий дополнительную общеобразовательную программу

(ФИО)

Список литературы.

1. Тони Чарльз, Стюарт Рук «Футбол для детей. 101 тренировка для начинающих». Москва 2018г.
2. Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду. Конспекты занятий. - М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009г.