

**АННОТАЦИЯ К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ФУТБОЛ»**

Программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность и направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, с учётом возможностей и состояния здоровья детей, расширение функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребёнком базовыми умениями и навыками в разных упражнениях.

Программа предназначена для детей дошкольного возраста от 3 до 7-8 лет.

**Программа состоит из четырех образовательных модулей. Каждый модуль рассчитан на 1 год обучения. Таким образом, полный срок реализации Программы - 4 года.**

Программа реализуется в форме кружковой работы, охватывает детей младшей, средней, старшей и подготовительной групп.

С учетом жизненной ситуации ребенка сроки освоения образовательной Программы могут быть сокращены. Содержание образовательной Программы адаптируется под особенности ребенка в индивидуальных формах работы, при активном участии родителей (лиц их заменяющих).

**Обучение по программе ведется на русском языке.**

**Объем программы** – 6480 часов/4 года обучения, рассчитан на 36 недель в год, с недельной нагрузкой – 2 раза в неделю. Форма организации занятий – групповая (по возрастам). Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4 лет - не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет - не более 30 минут.

**Цель программы:** содействие оздоровлению и физическому развитию ребенка дошкольного возраста в процессе обучения игре в футбол.

Для достижения поставленной цели первостепенное значение имеют следующие **задачи:**

1. Укрепление здоровья:
  - формировать представление о здоровом образе жизни, о спорте, об игре в футбол ознакомить с основными правилами и принципами игры;
  - накапливать и обогащать двигательный опыт детей (бег, бег с изменением направления и скорости, бег спиной вперед, бег приставными шагами, и т.д.)
  - способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
  - содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.
2. Совершенствовать психомоторные способности дошкольников:
  - развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, перцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;
  - развивать крупную и мелкую моторику;
  - формировать навыки самостоятельного выражения движения; формировать первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в футбол (ведение, остановка, удар, передача);
  - содействовать в развитии физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, сила, гибкость)

3. Развивать творческие и созидательные способности воспитанников:

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- способствовать воспитанию активности, сознательности, морально-волевых качеств, уверенности в своих силах, уважительного отношения к себе и окружающим. сформировать интерес и желание вести здоровый образ жизни.
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Решение обозначенных в программе целей и задач воспитания возможно только при целенаправленном влиянии педагога на ребенка с первых посещений им занятий. От педагогического мастерства педагога, его культуры, любви к детям зависят уровень общего развития, которого достигнет ребенок, и степень приобретенных им нравственных качеств. Заботясь о здоровье и всестороннем воспитании детей, педагоги совместно с семьей должны стремиться сделать счастливым детство каждого ребенка.

**Содержание программы:**

**Обучение навыкам владения мячом состоит их трех этапов:**

1. Начальный или подготовительный этап. Основной его задачей является развитие у детей координации движений, умения следить за траекторией полета мяча, выработки быстрой ответной реакции на летящий мяч. На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом.
2. Этап углубленного разучивания. Главная его задача – сделать действия детей направленными, осознанными. В этот период дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом.
3. Этап закрепления и совершенствования (основной). На этом этапе дети закрепляют полученные знания и навыки владения мячом, используя их в проведении спортивных игр и эстафет.

**При выполнении упражнений с мячами используют следующие методы:**

1. Повторный метод -заключается в многократном выполнении упражнений при сохранении содержания, величины, характера нагрузки (например, выполнение бросков мяча с одного и того же места определенным способом).
2. Интервальный метод -предполагает многократное повторение упражнения при строгой регламентации его продолжительности и пауз отдыха между повторениями.
3. Вариативный метод -предполагает выполнение одного и того же упражнения с мячами разного веса и в разных условиях (облегченных, нормальных и усложненных).
4. Метод сопряженных взаимодействий -основан на взаимосвязи развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков. Для этого используются специальные упражнения (в частности, с набивными мячами), направленные на развитие необходимых двигательных качеств при условии их динамического соответствия биомеханическим особенностям разучиваемых на занятии двигательных действий (элементов и частей техники конкретного двигательного действия).
5. Игровой метод -характеризуется постоянным или внезапным изменением игровых ситуаций при наличии определенного сюжета и конечной цели. Он может использоваться для избирательного воздействия на отдельные физические способности занимающихся и комплексного совершенствования их двигательной активности.
6. Соревновательный метод -это специально организованные состязания с использованием мячей (малых, больших, набивных), в которых создаются условия для индивидуальной и командной борьбы. Этот метод может применяться при воспитании

физических качеств, совершенствовании технических приемов, для стимулирования интереса и активизации занимающихся. При использовании этого метода у занимающихся происходят самые высокие сдвиги в деятельности систем и функций организма.

7. Метод круговой тренировки- предусматривает выполнение серии упражнений (например, с набивными мячами) на специально подготовленных местах («станциях»). Состав упражнений подбирается с расчетом разностороннего воздействия на различные мышечные группы и физические способности занимающихся.

#### **Планируемые результаты освоения Программы:**

Результатами освоения программы являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- умеют выполнять простейшие построения и перестроения;
- хорошо ориентируется в зале при проведении подвижных игр и умеет представить различные образы;
- владеет навыками по различным видам передвижений по залу, и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих движениях;
- 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;
- знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов.

**Результатами освоения программы детьми первого года обучения** (младшего дошкольного возраста, 3-4 года) являются следующие знания, умения и навыки: знают назначение спортивного зала и правила поведения в нем; умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу; умеют выполнять комплексы упражнений, в том числе с мячом, дыхательную гимнастику, овладевают навыками основных видов движения, умеют применять мяч в подвижной игре, соблюдать правила игр.

**Результатами освоения программы детьми второго года обучения** (среднего дошкольного возраста, 4-5 лет) являются следующие знания, умения и навыки: знают о назначении отдельных физических упражнений; умеют выполнять простейшие построения и перестроения; умеют выполнять комплексы упражнений, в том числе с использованием мяча, комплексы дыхательных упражнений, уверенно владеют навыками основных видов движения, знают достаточно количество подвижных игр с мячом, соблюдают правила игр, выполняют различные действия с мячом (бросать и ловить, катать, метать); умеют взаимодействовать друг с другом во время игры.

**Результатами освоения программы детьми третьего года обучения** (старшего дошкольного возраста, 5-6 лет) являются следующие знания, умения и навыки: знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами; владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих упражнениях, умеют исполнять двигательные задания с использованием мяча, умеют самостоятельно организовывать

совместные игры, выполнять комплексы упражнений, знают правила игры в футбол, выполняют различные действия с мячом (бросать и ловить, катать, метать); умеют взаимодействовать друг с другом во время игры.

**Результатами освоения программы детьми четвертого года обучения** (подготовительного к школе возраста, 6-7-8 лет) являются следующие знания, умения и навыки: знают о правилах личной гигиены при занятиях физическими упражнениями; могут хорошо ориентироваться в зале при проведении подвижных и спортивных игр; умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений; обладают силовой и общей выносливостью мышц туловища; имеют развитые координационные способности, обладают способностью и потребностью самостоятельно заниматься физкультурой с целью укрепления здоровья и физического совершенствования; имеют представление о роли занятий футболом в формировании здорового образа жизни; знают правила игры в футбол и выполняют их; умеют выполнять основной арсенал технических приемов игры, свободно ориентироваться на площадке, выполнять основные приемы техники спортивных игр футбол, баскетбол, волейбол, подчинять свои интересы интересам команды, участвуют в соревнованиях по футболу, используют элементы футбола в активном отдыхе и досуге.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575935

Владелец Волкова Людмила Анатольевна

Действителен с 27.04.2021 по 27.04.2022