

Согласовано:

Декан факультета физической культуры
и спорта ФГБОУ ВО «НГПУ»


Ахметов А.М.
20__ г.



Утверждено:

Начальник управления образования
Исполнительного комитета
муниципального образования город
Набережные Челны


Хузин Р.Н.
20__ г.



**Дополнительная общеразвивающая
программа
физкультурно-спортивной направленности**

**«Футбол для дошколят - Фестиваля Дошкольной Футбольной
Лиги» (Ознакомительный уровень).**

для детей 4-7 лет
срок реализации ежегодно.

Разработчик программы:
Аюкин Руслан Фаритович
Сахабутдинов Ильшат Шавкатович
Третьяков Эмиль Афганович

Аннотация к общеразвивающей программе дошкольного общего образования
«Футбол для дошколят - Фестиваля Дошкольной Футбольной Лиги»

Возраст/ недельная нагрузка	4-7 лет - 2 ч/нед
Уровень программы	Ознакомительный уровень
Документы в основе составления общеразвивающей программы	1. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. N 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» 2. Примерная основная образовательная программа дошкольного общего образования (в редакции протокола № 2/15 от 20.05.2015 федерального учебно-методического объединения по общему образованию)
Пособия	1.«Вдохновение» под редакцией В. К. Загвоздкина, И. Е. Федосовой 2.Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду». М.: Просвещение, 2008. 3.Мосягин, С.М. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. 4.Дмитриенко Т. И. Спортивные упражнения и игры для детей дошкольного возраста. Киев, 1983.
Электронные ресурсы	/ https://studwood.net/1064433/pedagogika/spisok_literatury
Цель	Цель программы: содействие оздоровлению и физическому развитию ребенка дошкольного возраста в процессе обучения игре в футбол. Организация и проведения ежегодного фестиваля Дошкольной Футбольной Лиги среди команд учреждений дошкольного образования принимавших участие в программе.
Задачи	1.- формировать представление о здоровом образе жизни, о спорте, об игре в футбол 2.- ознакомить с основными правилами и принципами игры 3.- накапливать и обогащать двигательный опыт детей (бег, бег с изменением направления и скорости, бег спиной вперед, бег приставными шагами, и т.д.) 4- формировать первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в футбол (ведение, остановка, удар, передача) 5.- содействовать в развитии физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, сила, гибкость) 6.- способствовать воспитанию активности, сознательности, морально-волевых качеств, уверенности в своих силах, уважительного отношения к себе и окружающим 7. - сформировать интерес и желание вести здоровый образ жизни.
Формы контроля	1.- оперативный, 2.- текущий, 3.- этапный.
Оценивание	Без оценочная
Количество учебных часов, с указанием количества часов, отводимых для диагностики	72 ч/год.

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

С самого раннего возраста любимой и одной из первых игрушек у ребенка был и остается мяч. Ребенок самостоятельно определяет, что делать с этим уникальным для него предметом, именно это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания ДОУ. Ведь освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом. Во всем мире большой популярностью пользуется игра в футбол. Игру с мячом можно назвать одним из важнейших воспитательных институтов, способствующей как развитию физических и умственных способностей, так и освоению нравственных норм и правил поведения. Большое влияние игры с мячом оказывают и на психическое развитие ребенка, формирование важных качеств личности.

Упражнения с мячом при соответствующей организации их проведения и обучения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка:

- создают условия для включения в работу основных физиологических систем организма, что важно для полноценного развития детей 4-7 лет;
- развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах;
- способствуют совершенствованию двигательной реакции детей, точности воспроизведения движений во времени и пространстве;
- способствуют развитию ловкости, быстроты и координации движений.

Игры с мячом развивают соответствующие навыки поведения в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, решительности, смелости. Содержание программы направлено на формирование у детей основ здорового образа жизни, активное вовлечение в регулярные занятия спортом и самостоятельную организацию своего досуга.

Актуальность программы обусловлена тем, что сегодня на смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные, у ребенка остается все меньше времени для подвижных игр, общения со сверстниками, все это негативно сказывается, как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей детей.

Отличительной особенностью данной программы является то, что программу разрабатывали, действующий профессиональный футболист, капитан футбольного клуба «Камаз» Руслан Аюкин, который имеет богатый профессиональный опыт. Старший тренер АНО ДК ФК "Компонент" Сахабутдинов Ильшат. Заместитель Председателя Федерации Футбола города Набережные Челны – Третьяков Эмиль. Программа разработана на основе методик российских и зарубежных футбольных клубов и построена по принципу

изучения, углубления и повторения объема знаний, умений и навыков. Подойдет для каждого ребенка независимо от его уровня физической и технической подготовки.

По окончании освоения программы, обучающиеся имеют возможность продолжать заниматься на более углубленном уровне с большей нагрузкой в футбольной секции Руслана Аюкина “АЮКА KIDS” или в спортивных школах города Набережные Челны.

Цели и задачи

Целью программы является развитие физических и личностных качеств, укрепление детского организма посредством занятий футболом, популяризация футбола в городе Набережные Челны, а также приобщение детей к систематическим занятиям спортом и ведением здорового образа жизни с самого раннего возраста.

Организация и проведения ежегодного фестиваля Дошкольной Футбольной Лиги среди команд учреждений дошкольного образования, принимавших участие в программе.

Задачи:

- формировать представление о здоровом образе жизни, об игре в футбол, о спорте
- ознакомить с основными правилами и принципами игры
- накапливать и обогащать двигательный опыт детей (бег, бег спиной вперед, бег с изменением направления и скорости, бег приставными шагами, и т.д.)
- формировать первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в футбол (ведение, остановка, удар, передача)
- содействовать в развитии физических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, сила, гибкость)
- способствовать воспитанию активности, сознательности, морально-волевых качеств, уверенности в своих силах, уважительного отношения к себе и окружающим
- сформировать желание и интерес вести здоровый образ жизни.
- готовность ребёнка овладением навыками игры в футбол, двигательными умениями и навыками, развитием двигательных и психических способностей.

Продолжительность занятий: 4-5 лет 25 минут, 6-7 лет 30 минут.

1.1.2 Принципы формирования программ

- двигательные умения ребенка, не сравниваются с другими детьми, внимание акцентируется на совершенствовании его собственных умений
- важным аспектом в двигательном развитии является создание атмосферы, благоприятствующей развитию радости от движения, что впоследствии будет

способствовать желанию молодых людей и взрослых заниматься спортом и вести здоровый образ жизни

- создание атмосферы уважения решений ребенка, предоставления ему права участия или неучастия в том или ином физическом действии, реализации собственных идей и предложений, ориентации на его готовность к совершению предоставляет право выбора, дает возможность развития самостоятельности

- взрослые поддерживают самостоятельный поиск детьми двигательных решений

- движение является важным средством постижения окружающего мира, приобретения знаний о самих себе,

- во время игр с мячом дети естественным образом получают представления о физических закономерностях

- командные подвижные игры способствуют социализации ребенка в детском коллективе

1.1.3 Значимые для реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей младшего и старшего дошкольного возраста

- качество взаимодействия «тренер — ребенок»;
- качество общего управления Детским спортом;
- качество педагогических и игровых процессов;
- качество сформированной предметно-спортивной среды;
- другие факторы

Ребенок, посещающий спортивную секцию «Футбол», постепенно приобретает те же моторные умения, что и ребенок более старшего возраста и взрослый.

Игра ребенка, мотивированная радостью от выполнения функции, внутренним стимулом улучшать свои моторные способности с помощью упражнений, становится все сложнее игры по правилам. Речь идет о социальной игре, в которой действия совершаются по установленным правилам, их соблюдение является обязательным, в чем и состоит привлекательность игры. Игра в футбол по правилам — это соревнования. Их соревновательный дух играет все большую роль по мере взросления детей (спортивные игры).

Дети совместно планируют, организуют, обсуждают, решают. Процессы комментируются, неудачи обсуждаются. Создаются команды, ребенок учится быть членом такой команды.

Ребенок понимает, что нужно выиграть, и хочет стать победителем, нелегко переживая неудачи. Дети уже охотно играют в маленьких группах и начинают подчиняться действующим правилам игры. Хотя он и учитывает возможность проигрыша, но поражение для него все еще остается большой эмоциональной нагрузкой.

У детей занимающихся футболом успешно формируется моторное развитие. Если двигательную активность детей поощряют, то у них день ото дня развиваются владение телом, ловкость, быстрота и выдержка.

Дети, у которых рано выражена готовность к активному послушанию, позже, демонстрируют особенно высокую добросовестность: например, они без контроля тренера выполняют все упражнения и не «жульничают» при игре со сложными правилами, даже если никто не видит. Таким образом, эта активная форма послушания может быть первым шагом к внутреннему контролю за собственным поведением. Важно путем со конструктивного диалогического способа взаимодействия и создания отношений доверия систематически укреплять готовность ребенка к активному послушанию, чтобы в процессе развития пассивное подчинение постепенно убывало, в то время как активное послушание усиливалось. В дальнейшем эта активная форма послушания может способствовать добросовестному и ответственному отношению ребенка к обучению в школе.

Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы

Дети приобретают знания:

- о правилах поведения и техники безопасности на занятиях;
- об основных правилах игры в футбол;
- о влиянии физических упражнений на организм.

У детей формируются представления:

- об истории развития футбола;
- о значении занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья.

У детей развиваются умения:

- свободно ориентироваться в пространстве;
- выполнять различные действия с мячом: ведение мяча, бросать и ловить мяч, выполнять различные удары по мячу;
- взаимодействовать друг с другом во время игры;
- выполнять основные приемы техники спортивной игры – футбол;
- подчинять свои интересы интересам команды.

2. Содержательный раздел

Введение

Движение имеет особое значение в развитии детей. Подвижность тела дает возможность воспринимать мир с различных перспектив. Только получая разнообразный опыт движения в течение длительного времени, дети учатся ощущать свое тело в пространстве. Балансируя, лазая, бегая или раскачиваясь, они тренируют чувство баланса, равновесия и совершенствуют координацию своих мышц. Они начинают лучше чувствовать свое тело и учатся оценивать свои силы, умения и возможности. Движение — это естественный процесс; однако детям необходимы возможности для развития и изучения разнообразия двигательной игры в футбол. Отклонение от нормального развития может произойти, если у детей слишком мало свободы для передвижения и если отсутствует пространство для получения двигательного опыта.

Двигательный опыт оказывает влияние на формирование положительной «Я-концепции».

В опыте физической ловкости и уверенности коренится ощущение возможности добиться чего-то («Я могу»). Это чувство собственной компетентности является основополагающим для здорового личностного развития, формирования уверенности в своих силах при необходимости самостоятельного действия и достижения успехов.

2.1. Организация образовательного процесса

Реализация программы «Футбол для дошколят - Фестиваля Дошкольной Футбольной Лиги» предполагает прежде всего создание условий для удовлетворения потребности детей в активном движении. Во время занятий дети находят разнообразные возможности для получения опыта восприятия и движения.

Учебно-тематический план

Месяц	№	Тема занятия	Содержание
сентябрь	1-2	Знакомство с игрой футбол	Беседа на тему «Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире».
	3-4	Изучение правил футбола	Беседа: знакомство с основными правилами игры – футбол.
	5-6	Техника передвижений	Беседа на тему «Как правильно бегать». Бег по прямой.
	7-8	Координация	Упражнения на координацию. Бег с изменениями направления.
октябрь	9-10	Ведение мяча	Беседа на тему «Как правильно вести мяч».
	11-12	Ведение мяча	Ведение мяча внешней стороной стопы по прямой.
	13 -14	Ведение мяча	Ведение мяча внутренней частью стопы по прямой.
	15 -16	Ведение мяча	Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы по прямой.

ноябрь	17-18	Ведение мяча	Ведение мяча внешней стороной стопы с изменениями направлений.
	19-20	Ведение мяча	Ведение мяча внутренней стороной стопы с изменениями направлений.
	21-22	Ведение мяча	Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы с изменениями направлений.
	23-24	Ведение мяча	Ведение мяча под подошвой.
декабрь	25-26	Диагностика	Ведение мяча различными способами
	27-28	Передача мяча	Беседа на тему «Как правильно отдавать передачу партнеру»
	29-30	Передача мяча	Передача мяча внутренней стороной стопы.
	31-32	Передача мяча	Передача мяча внутренней стороной стопы.
январь	33-34	Диагностика	Передача мяча различными способами
	35-36	Остановка мяча	Беседа на тему «Как правильно останавливать мяч».
	37-38	Остановка мяча	Остановка мяча под подошвой.
	39-40	Остановка мяча	Остановка мяча внутренней частью стопы.
февраль	41-42	Остановка мяча	Остановка мяча внешней стороной стопы.
	43-44	Диагностика	Остановка мяча различными способами.
	45-46	Прием мяча с уходом в сторону.	Беседа на тему «Как правильно принимать мяч с уходом в сторону»
	47-48	Прием мяча с уходом в сторону	Прием мяча с уходом в сторону внутренней частью стопы

март	49-50	Прием мяча с уходом в сторону	Прием мяча с уходом в сторону внешней стороной стопы
	51-52	Диагностика	Прием мяча с уходом в сторону различными способами
	53-54	Удары по мячу	Беседа на тему «Как правильно бить по мячу»
	55-56	Удары по мячу	Удары по мячу внутренней частью стопы.
апрель	57-58	Удары по мячу	Удары по мячу с подъема.
	59-60	Удары по мячу	Удары в движении.
	61-62	Диагностика	Удары по мячу различными способами.
	63-64	Ведение мяча с последующим ударом по воротам	Ведение мяча различными способами с последующим ударом по воротам.
май	65-66	Ознакомление с обманными движениями	Беседа на тему: «Для чего в футболе нужны обманные движения».
	67-68	Обманные движения	Ведение мяча с обманными движениями.
	69-70	Диагностика	Ведение мяча с различными обманными движениями.
	71-72	Диагностика	Подведение итогов за учебный год.
Все го:	72 часа		

2.2 Календарно тематический план работы с родителями

Месяц	Формы работы	Тема
Октябрь	Анкетирование	Определить уровень знаний в области физического воспитания, футбола
Ноябрь	Консультация	Футбол, как одно из средств физического развития дошкольников
Декабрь	Фотовыставка	Как мы играем в футбол всей семьей
Февраль	Выставка детских рисунков	Я люблю футбол
Март	Анкетирование	Анализ эффективности занятий детей в секции «Аюка Kids», спортивных школах.
Апрель	Консультация	Путь к успеху в детском футболе
Май	Совместные мероприятия с участием родителей	«Фестиваль дошкольной футбольной лиги»

2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы

Способы поддержки детской инициативы в освоении образовательной программы футбол заключаются в создании условий для реализации собственных планов и замыслов детей. Педагог рассказывает детям о реальных, а также возможных в будущем достижениях, отмечает и публично поддерживает успехи, помогает найти способ реализации поставленных целей, поддерживает стремление научиться делать что-то и радостное ощущение возрастающей умелости. Подбирает деятельность с учетом индивидуальных особенностей, стремится найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, детям. Уважает и ценит каждого, независимо от его достижений, достоинств и недостатков. Создает в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражая радость при встрече; используя ласку и теплое слово для выражения своего отношения; проявляет деликатность и тактичность. При необходимости помогает детям в решении проблем организации игры.

2.4. Оказание недирективной помощи детям

Организуя работу, тренер оценивает двигательные умения ребенка, не сравнивая его с другими детьми, а акцентируя внимание на совершенствовании его собственных умений. Поддержки и положительной оценки заслуживают индивидуальные решения двигательных задач, старание и прогресс в качестве движений. Критика должна быть конструктивной, высказываться в форме предложений по улучшению. Замечания и запреты допустимы лишь тогда, когда дети создают опасность для себя или других.

Еще один важный аспект — установление и поддержание общих подходов к движению: не запреты, не «программирование на неудачу», а поддержка каждого испытания ребенком своих сил, оказание ему помощи в освоении правил безопасности.

Шесть принципов, на которых строится недирективная помощь.

1. Принцип диалогичности – означает, что совместное обсуждение с ребенком возникшей ситуации должно быть построено на диалоге, взаимодействии, обратной связи.
2. Принцип вариативности – каждая из ситуаций может и должна иметь несколько вариантов разрешения и важно, чтобы ребенок сам их предложил.
3. Принцип доброжелательности – тренер должен показывать заинтересованное отношение к предложениям ребенка, создавать условия, чтобы он свободно выражал свои чувства и потребности.
4. Принцип опоры на положительное в ребенке – тренер должен выражать уверенность в успехе ребенка.
5. Принцип позитивной эмоциональности – важно поддерживать положительные эмоции ребенка от собственных усилий, когда он решает какую-либо образовательную ситуацию.
6. Принцип развивающейся субъектности. Девизом этого принципа может быть высказывание М. Монтессори: «Помоги мне это сделать самому»

2.5. Особенности взаимодействие педагога с семьями воспитанников

Сотрудничество с семьями (родителями) воспитанников, имеет важнейшее значение для физического развития детей. Родители имеют возможность присутствовать на тренировочном процессе, вести фото и видео съёмку, при согласовании с тренером. Принимать участие в спортивных событиях (товарищеские встречи, турниры и мероприятия). Ведущая цель взаимодействия с семьей – обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи в вопросах воспитания детей.

Взаимодействие тренер-родители, несёт важную роль. Родители не вмешиваются в тренировочный процесс, давая ребёнку возможность самостоятельно реализовывать свои возможности. Максимально поддерживая и подбадривая.

3. Организационный раздел

При обустройстве спортивного зала и оформлении наружных площадок необходимо считаться с различиями в физических возможностях детей старше 4 лет. Детям среднего и старшего дошкольного возраста необходимо больше пространства для движений (игровые поляны). В помещениях, предназначенных для подвижных занятий, крупные и мелкие спортивные снаряды комбинируются друг с другом таким образом, чтобы создавались интересные возможности для движения. Территория, стимулирующая двигательную активность при занятии футболом, должна быть устроена и оборудована так, чтобы пробуждать любопытство детей, двигательного опыта по программе и собственной инициативе. Например: преодолевать разные высоты и расстояния; апробировать разные скорости; выполнять разнообразные движения и физические упражнения: ударять, бросать, отбивать, ловить и бить по мячу, бегать, прыгать, балансировать, ползать и т. д.

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы

Для занятий по обучению детей игре в футбол в детских садах используются физкультурный зал, спортивная площадка, необходимое оборудование и материалы.

Основное оснащение:

- Футбольные мячи
- Конусы
- Разноцветные кольца
- Конусы
- Тренировочные фишки
- Коврики
- Ворота
- Координационная лесенка
- Манишки

3.2. Формы работы с детьми и режим занятий:

Занятия проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке 2 раза в неделю, 72 занятия в год. Продолжительность – 4-5 лет 25 минут, 6-7 лет 30 минут.

3.3. Методические материалы и средства обучения и воспитания

1. «Вдохновение» под редакцией В. К. Загвоздкина, И. Е. Федосовой
2. Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду». М.: Просвещение, 2008.
3. Мосягин, С.М. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет.
4. Дмитриенко Т. И. Спортивные упражнения и игры для детей дошкольного возраста. Киев, 1983.

Приложение

Беседы с детьми для знакомства с игрой футбол

Беседа 1:

Учимся играть в футбол (о технике игры в футбол)

- Ребята, вы смотрели по телевизору футбольный матч вместе с папой? Вы видели, сколько болельщиков на трибунах?

И снова мы спешим на стадион –

И никуда от этого не деться.

Кто магией футбола увлечен

Того не покидает детство.

А почему футбол привлекает столько зрителей? Да потому, что футболисты, как артисты, демонстрируют свои таланты, соревнуются в умении вести мяч, бить по нему.

Хотите поиграть? Начертите на асфальте большой круг. Возьмите мяч. А теперь постарайтесь ногой вести мяч по кругу, не сходя с линии. Мяч укатился далеко за круг? Не расстраивайтесь: у вас все впереди. Если хотите стать футболистами, вы должны научиться управлять мячом, а не мяч должен управлять вами. Помогут вам мои советы. Перемещение игрока. Играя в футбол, вы должны уметь выполнять перемещения в виде ходьбы, медленного бега, бегать лицом и спиной вперед, приставными и с крестными шагами в сторону, прыгать, владеть своим телом, внезапно останавливаться и поворачиваться во время бега и на месте. Удары по мячу. Ударами забивают мяч в ворота соперника, ударами же передают мяч партнеру, ведут мяч. Футболисты применяют удары по мячу ногой и головой (в старшем возрасте). Удар внутренней стороной стопы – самый точный из всех ударов. При ударе с места надо наклонить туловище над мячом, ногу отвести для замаха назад и затем внутренней стороной стопы ударить по мячу. Такой удар можно выполнить и с разбега. Чем ниже к мячу будет приложена сила удара, тем круче вверх он поднимется, и наоборот. Если выполняется удар подъемом ноги, то по мячу можно ударить серединой, внутренней и внешней частью подъема.

Удар серединой подъема отличается большой скоростью полета мяча. Он выполняется с разбега. Опорная нога ставится сбоку от мяча. У бьющей ноги носок оттянут. При ударе опорная нога приподнимается на носок, чтобы бьющая нога не задела носком землю.

Для удара внешней частью подъема нужно в момент замаха повернуть бьющую ногу носком внутрь. Удар внутренней частью подъема – самый распространенный. Он выполняется так же, как и серединой подъема. Но в последний перед ударом момент надо развернуть носок ноги. Удары могут

выполняться по неподвижному мячу, катящемуся, летящему и отскочившему от земли мячу.

Удар по движущемуся мячу выполнить труднее, чем по неподвижному, потому что в этом случае нужно согласовывать свои движения с движениями мяча во времени и расстоянию.

Остановка катящегося мяча дает возможность игроку овладеть им и продолжать дальнейшее игровое действие: передачу, ведение мяча, удар по воротам.

Самое главное при остановке мяча – чтобы он не отскочил от ноги игрока.

При остановке катящегося мяча внутренней стороной стопы тяжесть тела приходится на опорную ногу.

Останавливающая нога выносится немного вперед и при соприкосновении с мячом делает отступающее движение назад до уровня опорной. Скорость мяча гасится, и он останавливается.

Остановка катящегося мяча подошвой. Принимающая нога, согнутая в колене, выносится навстречу мячу. Носок приподнят, пятка находится над землей на расстоянии 5 – 10 см от нее. При соприкосновении с мячом принимающая нога выполняет отступающее движение назад и гасит скорость мяча. Остановить опускающийся мяч можно подошвой и внутренней стороной стопы.

Ведение мяча. Вести мяч можно как бегом, так и шагом, ударяя его одной ногой или поочередно: то правой, то левой. При ведении мяча по прямой линии наиболее удобно наносить удары внешней частью подъема стопы, а по кривой – внутренней частью подъема. Чтобы отобрать мяч, нужно угадать намерение соперника, владеющего мячом, и послать ногу навстречу мячу. При этом старайтесь не толкнуть соперника, не ударить его по ноге.

Вбрасывание мяча. Если во время игры мяч ушел за линию поля, то выполняется вбрасывание мяча из-за боковой линии: взять мяч обеими руками; пальцы расставлены, ноги – в положении небольшого шага или параллельно; поднять мяч вверх, слегка прогнуться назад и потом быстро бросить его своему игроку, выпрямляя руки.

Беседа 2:

Умейте нападать, умейте защищать! (техника игры в футбол).

- Вы уже многому научились из того, что должен уметь настоящий футболист.

Попробуем поиграть!

В игре вы можете быть как нападающим, так и защитником.

Мяч у тебя или у игрока из твоей команды. Вы нападаете на ворота соперника. В этом случае, вы – нападающие. Ваша команда забьет гол в ворота, если вы будете разыгрывать мяч, т.е. передавать его друг другу, приближаясь к воротам соперника. Ура! Гол! Все получилось. Вы – настоящая команда.

Теперь мяч переходит к команде, которой вы забили гол. Задача вашей команды – защищать свои ворота, чтобы вам не забили гол. Теперь ты и твоя команда – защитники. Попробуй отобрать мяч, не толкнув соперника. Если заметил, что мяч летит или катится к игроку – сопернику, который находится недалеко от тебя, попытайся перехватить, отобрать мяч, защитить свои ворота.

Твои ворота и ворота соперника защищает вратарь. Это очень важный игрок в команде. Кроме владения основными приемами полевых игроков, он должен уметь ловить, отбивать, вводить мяч в игру. При ловле высоко летящего мяча в прыжке вратарь одновременно с прыжком поднимает вверх прямые руки с широко расставленными пальцами. Когда мяч коснется пальцев рук, вратарь обхватывает его и прижимает к груди.

Если мяч катится по земле на вратаря, то он должен согнуть ноги, наклониться и ловить мяч прямыми руками с обращенными вперед ладонями.

Отбивают мяч в тех случаях, когда при попытке поймать его можно допустить ошибку. Отбивать лучше двумя кулаками, но, если это неудобно, можно и одним. Ввести мяч в игру можно броском: руками вверх, сбоку, снизу, а также ударом ноги. В ваши ворота забили гол. Поддержи вратаря, скажи ему что-нибудь ободряющее, чтобы он не пал духом.

Вы – одна команда! Вам так нравится эта удивительная игра – футбол!

Беседа 3:

Простейшие правила игры.

- У каждой спортивной игры, будь то баскетбол, волейбол, теннис, бадминтон и др., есть свои правила. В футболе тоже есть правила, которые нужно знать.

Цель команды в игре – забить как можно больше мячей. Команда, которая забила больше мячей, считается победившей. Если не забито ни одного мяча или обе команды забили одинаковое число мячей, то игра закончена вничью.

В команде может играть по 5 – 8 человек и несколько запасных игроков, которые могут заменить кого-либо из основного состава в случае травмы. Одного из игроков команды, самого меткого, смелого, ловкого, выбирают

капитаном. Каждая команда должна придумать себе название («Салют», «Спартак», «Динамо»). У игроков команд должна быть форма разного цвета (например, у одних – синие майки, у других – красные), чтобы не расшибиться при передаче мяча. Можно использовать и повязки разного цвета.

Перед началом игры проводится жеребьевка для выбора сторон поля и начального удара. Для этого можно использовать дощечку, окрашенную с одной стороны в красный, а с другой – в белый цвет.

Судья ставит мяч на землю. По сигналу один из игроков в команды, начавший игру, бьет по мячу, направляя его в сторону противника. Вторично он не имеет права касаться мяча, пока не коснется мяча другие игроки.

Игроки команды соперников не должны находиться близко к центральному кругу – они стоят не ближе двух шагов от линии круга.

Мяч считается забитым в ворота, если он полностью прошел линию ворот и при этом никто из игроков забившей команды не нарушил правила. Вратарь должен находиться за линией ворот, в поле, а не на территории ворот.

Игроки имеют право вести мяч только ногами. Передавая мяч друг другу, вы должны забить его в ворота соперника.

Задача игроков противоположной команды – не пропустить противника к своим воротам и не дать ему забить мяч.

В футболе только вратарь имеет право брать мяч в руки – остальные полевые игроки играют ногами.

Одна из команд забила мяч в ворота, значит, игра возобновляется игроком команды, в ворота которой был забит мяч.

Игра может длиться до 30 минут. Время игры делится на две половины, по 15 минут каждая, с 5-минутным перерывом. После перерыва команды меняются сторонами поля, а вторую половину игры будет начинать другая команда – не та, которая начинала игру.

По окончании игры поиграйте в малоподвижную игру, чтобы привести организм в более спокойное состояние.

Судья может менять игроков в течении всей игры: может заменить вратаря, уставшего или травмированного игрока. Судья может остановить игру, если игроки берут мяч в руки, толкаются, ведут себя недисциплинированно. Мяч при этом передается противоположной команде и вводится в игру с того места, где произошло нарушение. Если игроки обеих команд совершают нарушения одновременно, судья назначает и тем, и другим штрафной удар по неподвижному мячу (с места нарушения).

Если игрок многократно нарушал правила игры, толкался, бил играющих по ногам, судья имеет право удалить его с поля, заменить другим игроком. Такое поведение в спорте называют «грубой игрой».

Играйте дружно, поддерживайте друг друга! Помните: эта игра должна приносить радость и удовлетворение.

Беседа 4:

Как избежать травматизма.

- Подготавливая место для игры, нужно осмотреть все вокруг, чтобы ничто не мешало участникам и не могло нанести им травмы. Чтобы избежать травматизма:

- не играйте на проезжих дорогах. Игру проводите подальше от окон, клумб и грядок;

-обувь должна быть без каблуков, нетяжелой, чтобы в случае удара по ноге она не причинила боль игроку;

- в осеннее и весеннее время года одежда должна быть облегченной, удобной, не ограничивающей движения;

- учитывайте погодные условия: после дождя не стоит играть – пусть земля просохнет. Вот тогда и поиграете!

Беседа 5:

Как достичь положительного результата.

- Футбол – игра коллективная. Успех в ней зависит от слаженности действий всей команды – эгоистам в футболе удача не сопутствует.

«Нужно... умерять всякую хвастливость, воспитывать уважение к силе противника, обращать внимание на организованность, дисциплину в команде. Нужно, наконец, добиваться спокойного отношения к удачам и неудачам...»

Эти слова великого педагога А.С. Макаренко как нельзя лучше отражают суть этой великолепной и увлекательной игры:

- Играйте честно, дружно, соблюдая установленные правила.

- Никогда не сердитесь, если в игре вас нечаянно толкнули или наступили на ногу.

- Не горячитесь! Проявляйте больше выдержки и смекалки.

- Играйте смело, с инициативой, согласуя действия с товарищами.

- Помните о законе всех игр: «Один за всех, и все – за одного».

Ставьте интересы команды выше своих – только тогда вы добьётесь положительного результата.

Подвижные игры с мячом

Для развития организма ребенка-дошкольника и его разнообразной двигательной деятельности большую важность представляют основные движения. Особое место среди них занимают действия с мячом.

Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами разного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кисти, увеличивают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Игры с мячом пользуются у детей неизменной популярностью, и это неудивительно. Мяч (большой или маленький) требует проворных рук и повышенного внимания. Для детей мяч, этот круглый, легкий, упругий и привлекательный снаряд, нередко символизирует приобщение к спортивным играм – волейболу, баскетболу, футболу.

Горелки с мячом

Играющие размещаются так же, как и при игре в обыкновенные горелки, т.е. парами. В пяти шагах впереди от «горельщика» кладут на землю мяч. Как только последняя пара пробежит по сторонам колонны, составленной из пар, «горельщик» сейчас же хватается мяч и «салит» им одного из бегущих. «Осаленный» делается «горельщиком». Мяч снова кладут на место.

Летучий мяч

Играющие встают в круг, водящий находится в середине круга. По сигналу дети начинают

перебрасывать мяч друг другу через центр круга. Водящий старается задержать мяч, поймать его или коснуться рукой. Если ему это удалось, то он встает в круг, а тот, кем был брошен мяч, становится водящим.

Водящий не может коснуться мяча, когда мяч находится в руках игрока.

Мяч с топотом

Участники игры делятся на две группы и встают друг против друга на расстоянии 4-6 м. На середину поля кладут любой предмет. Игру начинают по жребию первый игрок одной из команд. Он называет по имени игрока из второй команды, бросает ему мяч, быстро бежит на середину поля, останавливается у предмета, топает ногами и возвращается на место. В это время игрок, поймавший мяч, старается его осалить. Если он промахнется, то

осаленный переходит во вторую группу. Побеждает группа, в которой окажется больше детей.

Круг

Все играющие, кроме водящего, встают в круг и перебрасывают друг другу мяч, называя по имени того, кто должен его ловить. Водящий стоит в середине круга и старается ударить рукой по летящему мячу. Как только задержанный таким образом мяч упадет на землю, играющие разбегаются. Водящий быстро поднимает мяч и, крикнув «Стой!», старается запятнать кого-нибудь из игроков. Запятнанный становится водящим. Если же водящий промахнется, то снова идет в круг водить. Водящий задерживает только летящий мяч, пятнает детей с того места, где поднял мяч.

Зайчики

Водящий с мячом располагается в центре круга. Пока водящий ударяет мячом об пол, зайчата прыгают, резвятся, имитируя бодрое и веселое настроение. Как только водящий поднимает мяч над головой, играющие быстро приседают и принимают позу спящих. Водящий внимательно следит за спящими. Тот, кто не сохранит позы спящего, выходит в центр круга и становится водящим.

Наоборот

Дети встают в круг. В центре – ведущий с мячом в руках. Показывая движения или действия с мячом, он бросает его одному из игроков со словами: «Сделай наоборот!». Игрок, получивший мяч, должен выполнить противоположное движение и вернуть мяч ведущему (например, при подбросе ведущим мяча вверх – ударить об пол, при перебросе из руки в руку – покатить по полу, при приседании с мячом – подпрыгнуть). В конце игры отмечают дети, правильно выполнившие противоположные действия.

Колобок

Играющие делятся на две команды и строятся в колонны по 5-6 человек. В руках у капитанов команд по мячу-колобку. Хором дети проговаривают:

Наш веселый колобок
Покатился на лужок,
Кто быстрее его вернет,
Приз команде принесет.

С последним словом капитаны команд поднимают мяч над головой, прогибаются назад и передают его следующему игроку. Стоящие последними игроки команд бегут с мячом вперед и встают впереди своих команд. Игра продолжается до тех пор, пока первые игроки (капитаны) вновь не окажутся впереди. Условия игры: при передаче мяча ноги в коленях не сгибать, спина прямая. Игру можно проводить и из положения сидя, ноги скрестив, или сидя, ноги вытянув и раздвинув шире плеч.

Воевода

Играющие по кругу перекатывают мяч от одного к другому, произнося:

Катится яблоко в круг хоровода,

Кто его поднял, тот воевода...

Ребенок, у которого в этот момент окажется мяч – воевода. Он говорит:

Я сегодня воевода.

Я бегу из хоровода.

Бежит за кругом, кладет мяч на пол между двумя игроками. Дети хором говорят:

Раз, два, не воронь

И беги как огонь! Игроки бегут по кругу в противоположные стороны, стараясь раньше напарника схватить мяч. Тот, кто первым добежал и схватил мяч, катит его по кругу. Игра продолжается.

Большой мяч (русская народная игра)

Для игры нужен большой мяч. Играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Он встает за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадает в круг, играющие опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середине встает тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется. Правила игры. Играющие не берут в руки мяч в течении всей игры, они перекатывают его только ногами.

Блуждающий мяч

Все играющие, кроме водящего, встают в круг на расстоянии вытянутой руки. Они передают друг другу большой мяч. Водящий бегаёт вне круга, старается дотронуться до мяча рукой. Если это ему удалось, то он идет на место того игрока, в руках которого находится мяч, а играющий выходит за круг. Игра повторяется. Правила игры. Передавая мяч, играющие не должны сходить с места. Нельзя мяч передавать через одного, можно только рядом

стоящему игроку. Водящему запрещается заходить в круг. Мяч можно передавать в любую сторону. Передача мяча начинается с того игрока, за которым стоит водящий перед началом игры. Играющий, уронивший мяч, становится водящим.

Играй, играй мяч не теряй

Дети произвольно располагаются на площадке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору. После сигнала все быстро поднимают мячи вверх. Опоздавшие получают штрафное очко. Игра повторяется несколько раз. Выигрывает тот, кто не имеет штрафных очков. Перед началом игры напомнить детям движения с мячом, которые они могут выполнять. Например, бросать мяч вверх, вниз, в корзину, перебрасывать мяч друг другу, отбивать мяч на месте правой (левой) рукой и т.д.

Мяч по кругу

Дети делятся на несколько групп, расстояние между которыми 1,5 – 2 м. Каждая группа становится в круг. Дети бросают мяч друг другу, никого не пропуская. Выигрывает группа, в которой мяч меньше падал на пол.

Будь внимателен

Дети становятся в круг, водящий (взрослый) – в центре. Водящий бросает мяч игрокам (выборочно). Тот, кто не смог поймать мяч, получает штрафное очко. Перед началом игры детям напоминают, как надо принимать мяч.

Брось дальше

Дети (3-4) становятся у линии, начерченной на земле, и бросают мяч вперед. Воспитатель отмечает, кто бросил дальше всех. Большой мяч дети бросают двумя руками из-за головы, маленький – сначала правой, а затем левой рукой.

Стрелок (башкирская народная игра).

Проводятся две параллельные линии на расстоянии 10-15м друг от друга. В середине между ними чертится круг диаметром 2м. один игрок-стрелок. Он с мячом в руках стоит в кругу. Остальные игроки начинают пробежку от одной линии к другой. Стрелок старается попасть в них мячом. Тот, в кого попал, становится стрелком. В начале игры стрелком становится тот, кто после команды «Сесть!» присел последним. Момент броска мяча определяется самим стрелком. Мяч, брошенный мимо, игроки перебрасывают стрелку. Если игрок поймал мяч, брошенный в него, то это не считается попаданием.

Волк и олени

Из числа играющих выбирается волк, остальные - олени. На одном конце площадки очерчивается место для волка. Олени пасутся на противоположном конце площадки. По сигналу «Волк!» волк просыпается, выходит из логова, сначала широким шагом обходит стадо, затем постепенно круг обхода сужает. По сигналу (рычание волка) олени разбегаются в разные стороны, а волк старается их поймать (коснуться). Пойманного волк отводит к себе. Правила игры. Выбегать из круга можно только по сигналу. Тот, кого поймают, должен идти за волком.

Инструкции

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

Сроки реализации программы: ежегодно.

Состав группы-10-12 человек.

Продолжительность занятий: 4-5 лет 25 минут, 6-7 лет 30 минут.

Результатом реализации программы должна стать сформированная готовность ребёнка овладением навыками игры в футбол, двигательными умениями и навыками, развитием двигательных и психических способностей.

Подведение итогов по результатам освоения программы проводится в форме открытых мероприятий, турниров по футболу Фестиваля Дошкольной Футбольной Лиги.

Рецензия

На дополнительную общеразвивающую программу физкультурно-спортивной направленности «Футбол для дошколят - Фестиваля Дошкольной Футбольной Лиги» Аюкина Руслана Фаритовича, Сахабутдинова Ильшата Шавкатовича, Третьякова Эмиля Афгановича.

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Известно, что здоровье ребенка зависит от ряда факторов - биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от характера педагогических воздействий. При их недостатке возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

Решение этой проблемы авторы программы видят в игре в футбол, она эффективно влияет на развитие у детей дошкольного возраста как психических процессов (внимания, восприятия, памяти, рациональности мышления, воображения), так и физиологических (усиливают кровообращение, дыхание, обмен веществ).

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

Задачи:

- формировать представление о здоровом образе жизни, об игре в футбол, о спорте;
- ознакомить с основными правилами и принципами игры;
- накапливать и обогащать двигательный опыт детей;
- формировать первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в футбол;
- содействовать в развитии физических качеств;
- способствовать воспитанию активности, сознательности, морально-волевых качеств, уверенности в своих силах, уважительного отношения к себе и окружающим;
- сформировать желание и интерес вести здоровый образ жизни;

Ребенок, посещающий спортивную секцию «Футбол», постепенно приобретает те же моторные умения, что и ребенок более старшего возраста и взрослый. Игра ребенка, мотивированная радостью от выполнения функции, внутренним стимулом улучшать свои моторные способности с помощью упражнений, становится все сложнее игры по правилам.

Дети совместно планируют, организуют, обсуждают, решают. Процессы комментируются, неудачи обсуждаются. Создаются команды, ребенок учится быть членом такой команды, и скоро выделяются «специалисты», которые умеют что-то делать особенно хорошо и поэтому особенно востребованы. Ребенок понимает, что нужно выиграть, и хочет стать победителем, нелегко переживая неудачи. Дети, у которых рано выражена готовность к активному послушанию, демонстрируют особенно высокую добросовестность.

Реализация программы «Футбол для дошколят - Фестиваля Дошкольной Футбольной Лиги» предполагает создание условий для удовлетворения потребности детей в активном движении. Во время занятий дети находят разнообразные возможности для получения опыта восприятия и движения.

Представленная программа соответствует требованиям, предъявляемым к программам дополнительного образования детей, имеет соответствующие сопровождение. Программа логически выстроена и обоснована, целесообразно отобрано ее содержание и распределено учебное время.

Декан факультета ФКиС ФГБОУ ВО «НГПУ»
Кандидат педагогических наук, доцент

Подпись: *Ахметова А.М.*
Заверяю: *Ахметова А.М.*
должность: *д.пед.н., доцент*
Ф.И.О. *А.М. Ахметова*

11.06.2024



А.М. Ахметов.