

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад № 97 «Күчтәнәч»
Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан

«Утверждено»

Заведующий муниципальным бюджетным
дошкольным образовательным учреждением
«Центр развития ребенка - детский сад № 97
«Күчтәнәч»

М.Х. Рахматуллина

« 31 » августа 2023 г.

«Принято»

на педагогическом совете, протокол № 1

« 29 » августа 2023 г.

Заместитель заведующего по ВМР МБДОУ
«Центр развития ребенка – детский сад № 97
«Күчтәнәч»

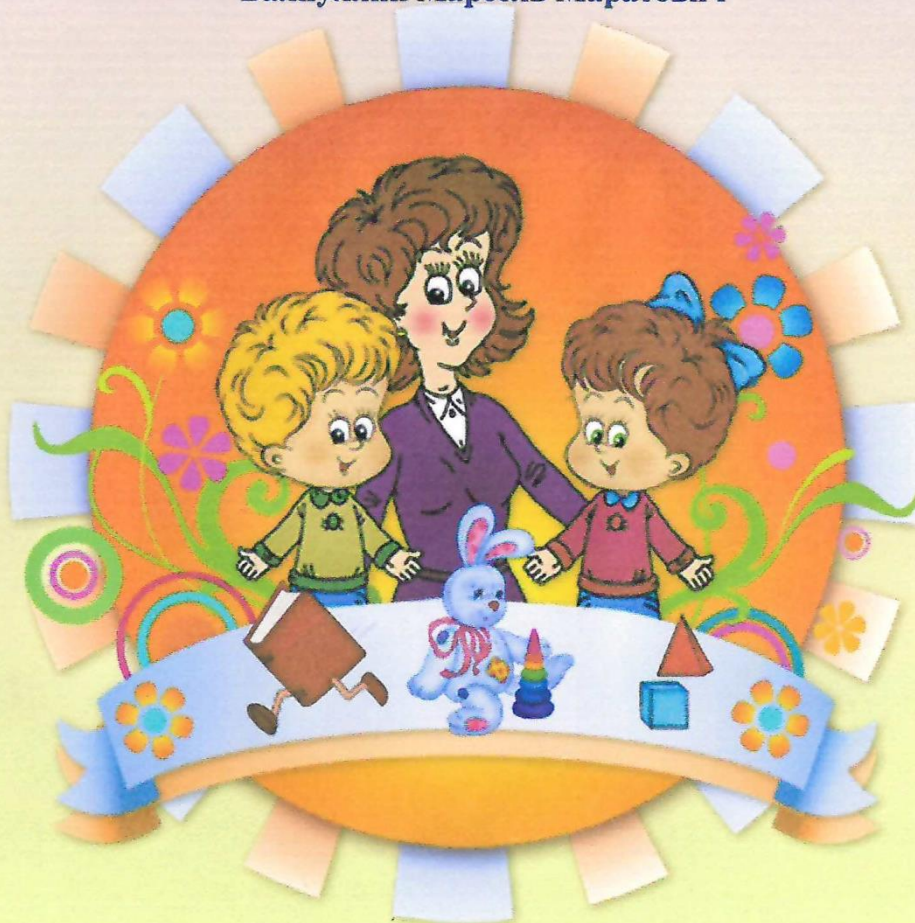
Т.Н. Бухмина

ПРОГРАММА РАБОТЫ КРУЖКА ПО ОБУЧЕНИЮ ИГРЕ В ФУТБОЛ «ФУТБОЛИСТ»

для детей 4-7 лет

(в рамках предоставления дополнительных платных образовательных услуг)

Составил тренер по футболу
Валиуллин Марсель Маратович



Республика Татарстан
г. Нижнекамск
2023 год

Пояснительная записка

Направленность дополнительной образовательной программы «Футбол» для дошкольников»- физкультурно-спортивная.

«Мяч есть нечто такое, что в единении с наклонностью ребенка к деятельности, благодаря своей бесконечной подвижности и разнообразию своего применения постоянно и всевозможными способами побуждает ребенка к игре...

Программа: данная программа разработана на основании программы для детско-юношеских спортивных школ по футболу. Программа содержит основополагающие принципы подготовки юных спортсменов. При разработке данной программы использованы нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке юных спортсменов, сформированные на основе научно - методических материалов и рекомендаций по подготовке спортивного резерва.

Сроки реализации программы: программа рассчитана на детей дошкольного возраста от 3 до 5 лет, реализуется в течение 1 года.

Всего - 68 занятий. Форма реализации программы подгрупповые занятия.

1 этап - «Начальная подготовка».

Основной задачей первого этапа является развитие у детей координации движений, умений следить за траекторией полета мяча, выработки быстрой ответной реакции на летящий мяч.

Задачи этапа: укрепление здоровья и обеспечение всестороннего физического развития, создание прочной базы для перехода от общефизической подготовки к изучению техники и тактики в футболе, формирование устойчивой мотивации к дальнейшим занятиям, спортивный отбор.

2 этап - «Учебно-тренировочный режим». Этап углубленного разучивания.

Главная задача этого этапа- сделать действия детей направленными, осознанными. В этот период дети активно знакомятся с элементами подвижных и активных игр с мячом.

Особенности содержания программы.

1) Техника передвижения игрока:

- ходьба в сочетании с бегом
- бег с изменением направления
- бег с изменением скорости
- бег спиной вперед
- бег приставными шагами
- бег с высоким подниманием бедра
- бег челночный
- защитная стойка
- прыжки на одной и двух ногах
- прыжки вперед, назад и в стороны

2) Удар по мячу:

- внутренней стороной стопы по неподвижным и катящимся мячам
- удар серединой подъема стопы по неподвижным и катящимся мячам
- удары по неподвижному мячу: после прямолинейного бега; зигзагообразного
- прямолинейное ведение и удар
- обводка стоек и удар

3) Остановка мяча:

- остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы
- остановка катящегося мяча подошвой

- остановка катящегося мяча под разным углом
- остановка летящего мяча стопой, бедром
- 4) Ведение мяча:
 - ведение внешней стороной подъема
 - ведение с разной скоростью и сменой направления
 - ведение с обводкой стоек
 - ведение с применением обманных движений
 - ведение с последующим ударом в цель
 - ведение после остановок разными способами
- 5) Передача мяча:
 - передачи, выполняемые разными частями стопы
 - передачи короткие и средние
 - передача неподвижного мяча
 - передача катящегося мяча
- 6) Тактическая подготовка:
 - «Открывание»
 - передачи
 - ведение и обводка
 - удары по воротам
 - обманные движения
- 7) Теоретическая подготовка:
 - футбол - одна из самых популярных и любимых игр в мире
 - учимся играть в футбол
 - умейте нападать, умейте защищать
 - простейшие правила игры
 - как избежать травматизма
 - как достичь положительного результата

Место реализации программы.

Программа «Юный футболист» реализуется на базе МБДОУ «Центр развития ребенка - детский сад № 97 «Кучтэнэч». Занятия проводятся в физкультурном зале.

**Тематический план секции «Юный футболист»
с 3-5 лет**

содержание (тема)	количество занятий
1. мониторинг навыков и умений воспитанников	6
2. правила техники безопасности	6
3. работа с мячом	18
4. развитие физических качеств	16
5. работа над техникой	8
6. работа над передачами мяча	8
7. основы правил соревнований, игры	6
ИТОГО:	68

3. Содержание тем учебного курса секции «Юный футболист»

Сентябрь	
занятие 1, 2	Беседа на тему «Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире», ведение мяча по прямой (змейкой), удары по воротам, игра в футбол.
занятие 3,4	Беседа: учимся играть в футбол (о технике игры в футбол) Знакомство с техникой владения мяча (перемещение, ведение, удар, остановка, отбор).
Октябрь	
занятие 1	Продолжать знакомство с техникой владения мяча (перемещение, ведение, удар, остановка, отбор). Беседа: учимся играть в футбол (о технике игры в футбол)
занятие 2	Знакомство с техникой владения мяча (перемещение, ведение, удар, остановка, отбор). Игра в футбол.
занятие 3	Беседа о задачах, стоящих перед обучающимися на предстоящий год. Рассказ обучающимся о правильности выполнения заданий. Значения силы, быстроты, выносливости в избранном виде спорта.
занятие 4	Беседа: простейшие правила игры. Вспомнить основные элементы техники игры. Игра в футбол
занятие 5	Беседа: как избежать травматизма. Ведение мяча по прямой, змейкой. Удары в цель. Игра в футбол.
занятие 6, 7	Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м). Метание набивного мяча из-за головы (1 кг/см). Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока.
занятие 8	Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м).
Ноябрь	
занятие 1	Перебрасывание мяча друг другу стоя способ снизу (расстояние 3-4 м). Метание малого мяча вдаль правой и левой рукой. Игр. упр.: «Подскок», «Толкни – поймай». П./и.: «Воевода». Игра в футбол.
занятие 2	Перебрасывание мяча друг другу стоя, способ из-за головы; метание мяча вдаль правой и левой рукой. Игр. упр.: «Вперед с мячом». П/и: «Поймай мяч». Игра в футбол.
занятие 3	Перебрасывание мяча друг другу стоя, способ от груди. Метание мяча вдаль.

	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Игр. упр.: «Догони мяч». П/и.: «Брось, поймай». Игра в футбол.
занятие 4	Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Удар мяча в цель. Игр. упр.: «Солнышко». П/и.: «Мяч водящему». Игра в футбол. азгибания рук в упоре лежа, сгибания туловища лежа на спине с закрепленными ногами, поднимание ног в висе на гимнастической стенке, упражнения с сопротивлением партнера. Развитие выносливости: выполнение отдельных приемов и ката в течение заданного времени.
занятие 5	Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя. Ведение мяча с изменением направления. Игр. упр.: «Перенос трех мячей». П/и.: «Мяч и веревка». Игра в футбол.
занятие 6	Бросание мяча друг другу вперед-вверх от головы двумя руками в приседе. Отбивание мяча об стенку с хлопком. Игр. упр.: «Отбивалки», П/и.: «Летучий мяч». Игра в футбол.
занятие 7	Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Бросок мяча двумя руками от груди в стену и ловля его партнером, стоящим сзади. Ведение мяча по прямой. Игр. упр.: «Не задень предмет», «Быстро за мячом». П/и.: «Защита крепости». Игра в футбол.
занятие 8	Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м).
Декабрь	
занятие 1	Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях, спиной друг к другу. Ведение мяча с остановкой и изменением скорости. Игр. упр.: «Переноска мячей». П/и.: «Играй, играй, мяч не теряй». М/п игра «Повтори-ка».
занятие 2	Перебрасывание мяча друг другу с хлопком, поворотом. Метание в цель из исходного положения, стоя на коленях. Ведение с изменением направления Игр. упр.: «Передал-садись». П/и.: «Успей поймать». Игра в футбол.
занятие 3	Бег через набивные мячи. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Ведение мяча с изменением направления. Игр. упр. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой, «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. П/и. «Пустое место» (пятнашки с вызовом). Игра в футбол.

занятие 4	Ведение мяча между ориентирами. Удары по неподвижному мячу. Игр.упр. «Подвижная цель» - дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в , «Чей мяч дальше?». П/и. «Разноцветный мячик». М/п игра «Тик-так».
занятие 5	Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях. Ведение мяча с изменением скорости. Игр.упр.:«Пингвины с мячом». П/и.:«Ловишка в кругу». М/п игра - «Ручейки и озера».
занятие 6	Перебрасывание мяча друг другу сидя, ноги врозь. Игр.упр.: «Передал - садись». П/и «Сделай фигуру». Игра в футбол.
занятие 7	«Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед. «Чей мяч дальше?» - удары по неподвижному мячу. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игр.упр.«Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу, «Обратный поезд». П/и.: «Подвижная цель».М/п игра «Олени».
занятие 8	Бег через набивные мячи. «Чей мяч дальше?» - удар по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игр.упр.: «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. П/и. «Задержи мяч». Игра в футбол.
Январь	
занятие 1	Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами. Игр. упр. «Точный удар» - игра в парах: удар по неподвижному мячу, остановка мяча – игровая задача – не потерять мяч. П/и. «Пустое место». Игра в футбол.
занятие 2	Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами на скорость. Игр. упр. « «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. П/и.«Блуждающий мяч». «У ребят порядок строгий». М/п игра «Запомни и замри».
занятие 3	Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. « Вокруг Света» - удар мяча о стену и обратно. Ведение мяча в прямом направлении на скорость. Игр. упр. «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. П/и. «Ловкий оленевод». Игра в футбол.спорта.
Занятие 4	Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча обеими руками. Бросание

	<p>мяча и ловля его двумя руками. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч, П/и. «Охотники и утки».</p> <p>Игра в футбол.</p>
занятие 5,6	<p>Удары по воротам. Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Игр.упр. «Вокруг света» «Не выпускать мяч из круга», П/и. «Меткий стрелок». игра в футбол.</p>
занятие 7,8	<p>Передача мяча друг другу в движении. Удары по воротам; удар мяча о стену и обратно. Игр.упр.«Точный удар», «Кто больше отобьет». П/и. «Пятнашки». Игра в футбол</p>
Февраль	
занятие 1	Игр. упр. «С двумя мячами», «Борьба за мяч». Игра в футбол.
занятие 2	<p>Перебрасывание мяча из одной руки в другую. Отбивание мяча на месте.</p> <p>Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками. Прокатывание мяча вперед головой. Игр. упр. «Передал - садись» -броски и ловля мяча, «Светофор» - во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста.</p> <p>П/и «Салки с мячом». М/п игра. «Передай мяч соседу».</p>
занятие 3	<p>Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. Ведение мяча с обманными движениями. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».</p>
занятие 4	<p>Бросание мяча и ловля его двумя руками. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч, П/и. «Охотники и утки».</p> <p>Игра в футбол.</p>
занятие 5	<p>Передача мяча партнеру. Ведение мяча между ориентирами. Игр.упр. «Футбол вдвоем», «Ловкие ребята». П/и «Шишки, желуди, орехи». Игра в футбол.</p>
занятие 6	Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). Метание набивного мяча от

	груды двумя руками. Игр.упр. «Серпантин», «Передал - садись» - броски и ловля мяча. П/ и. «Ловля оленей». М/п игра «Летает - не летает».
занятие 7	Техника владения мячом (перекаты мяча в движении). Передача мяча друг другу, стоя на месте. Игр. упр. «Светофор» (во время выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста), «Три мяча». П/ и.: «Волк и олени». Игра в футбол.
занятие 8	Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад) Игр.упр.«Найди свой цвет», «Туннель» - прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе, «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч. П/и.: «Стой!». Игра в футбол..
Март	
занятие 1	Ведение мяча вокруг себя правой, левой ногой. Подъем мяча. Игр. упр. «Туннель» - прокатывание мяча между ног. «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе. П/и «За мячом». М/п игра «Будь внимателен».
занятие 2	Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам. Ведение мяча правой, левой ногой и вокруг себя. Игр. упр. «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча, П/и.: Меткий стрелок» попадание мячом в обруч. Игра в футбол.
занятие 3	Челночный бег . Ведение мяча - челнок. Игр. упр. «Вышло солнце из-за речки», «По кочкам» (прыжки), «Дойди – не урони» - ведение мяча в средней и высокой стойке до черты. П/и.: «Успей поймать!». М/п игра «Ухо-лоб-нос».
занятие 4	Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами. Игр. упр. «Точный удар» - игра в парах: удар по неподвижному мячу, остановка мяча – игровая задача – не потерять мяч. П/и. «Пустое место». Игра в футбол.
занятие 5	Передача мяча двумя руками от груди в парах. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Игр.упр. «Горячая

	картошка». П/игра «У - кого меньше мячей». Игра в футбол.
занятие 6	Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя. Ведение мяча с изменением направления. Игр. упр.: «Перенос трех мячей». П/и.: «Мяч и веревка». Игра в футбол..
занятие 7	Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях. Ведение мяча с изменением скорости. Игр.упр.:«Пингвины с мячом». П/и.:«Ловишка в кругу». М/п игра «Ручейки и озера».
занятие 8	Перебрасывание мяча друг другу сидя, ноги врозь. Игр.упр.: «Передал - садись». П/и «Сделай фигуру». Игра в футбол.
Апрель	
занятие 1	Беседа: умей нападать, умей защищаться. Турнир по упрощенной игре 2 на 2, ЗнаЗ Передача мяча в тройках. Закреплять умение прыгать на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева. Игр.упр. «Головой удерживая мяч». П/и. «Поймай мяч». Игра в футбол.
занятие 2	Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой); Удар по воротам – (расстояние 4м, размеры ворот – 1 х 2 м). Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока.
Занятие 3	Игровые упражнения,передачи мяча. П/игра Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол.
занятие 4	Ведение с ударом по воротам. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. П/игра «Кого назвали – тот и ловит мяч». Игра в футбол.
занятие 5	Ведение и передача. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. П/ игры «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом». Игра в футбол.
занятие 6	Ходьба по гимнастической скамье с переключением малого мяча перед собой из правой руки в левую. Отбивание мяча от стены и ловля его двумя руками. Футбольное путешествие. Игра в футбол.
занятие 7	Передачи мяча через барьеры. Игра в футбол.
занятие 8	Эстафета. Удары по воротам. Игра в футбол..

Май	
занятие 1	Мониторинг умений и навыков воспитанников на конец учебного года.
занятие 2	Мониторинг умений и навыков воспитанников на конец учебного года.
занятие 3	Беседа: простейшие правила игры. Вспомнить основные элементы техники игры. Игра в футбол
занятие 4	Игра в футбол.
занятие 5	Ведение с последующим ударом в цель, с разных участков поля. Игра в футбол. Релаксация «Наедине с дождем».
занятие 6	Игр. упр. «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка). Игра в футбол. Релаксация «Волшебный сон».
занятие 7	Игра по упрощенным правилам 1 на 1
занятие 8	Игра в футбол
Итого	68 занятий

Материально-техническая база.

Для реализации программы оборудован спортивный зал, в котором имеется в наличии необходимое для реализации программы оборудование и материалы: ворота, мячи, ориентиры.