

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 116

Утверждено:
Приказ № 234 от 31.08.23 г.

на основании решения
Совета педагогических работников
Протокол № 1 от 31.08.23 г.
И. о. заведующего МБДОУ детским
садом общеразвивающего №116
Д.А. Потапова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«МИНИ-ФУТБОЛ»**

Адресат программы:
дети дошкольного возраста (4-8 лет)

Срок реализации: 3 года

Разработчик программы:
Т.Н. Лучинская,
инструктор по физической культуре

Ангарск, 2023 г.*

Аннотация

Дополнительная общеразвивающая программа «Мини-футбол»

Актуальность: в общей системе всестороннего развития человека физическое воспитание ребенка занимает важное место. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств.

Потребность в движении, повышенная двигательная активность - наиболее важные биологические особенности детского организма. 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. На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей.

Таким образом, назрела острая необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Решение этой проблемы мы видим в организации игры в футбол. Футбол – один из самых популярных и массовых коллективных игр. Он динамичен и эмоционален, способствует развитию силы, скоростно-силовых качеств, координационных способностей, быстроты, требует проявления находчивости, способности к концентрации и переключению внимания, пространственной, временной, динамической точности движений и их биомеханической рациональности. 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).

Направленность Программы – физкультурно - оздоровительная.

Отличительные особенности Программы: мини-футбол - органично развивающийся, сравнительно молодой вид спорта. Он соединяет в себе преимущества наиболее популярного во всем мире вида спорта – футбола и нетребовательность к спортивным сооружениям для его повсеместного внедрения. Отличительные особенности Программы от уже существующих образовательных программ в том, что она предназначена для обучения дошкольников игре в мини-футбол, занятия проходят в спортивном зале детского сада. Эта проблема решается нами за счет нестандартных подходов к организации занятий. В частности, многие упражнения по обучению

тактике игры проводятся инструктором по физической культуре на половине площадки. Поэтому, для приближения тренировочного процесса к игровым условиям, возможно использовать спортивный зал «в ширину», обозначая тем самым половину стандартной площадки для игры в мини-футбол.

Адресат Программы: программа разработана для детей дошкольного возраста от 4 до 8 лет на 3 года обучения.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю.

Длительность занятий:

- дети 4-5 лет не более 20 мин;
- дети 5-6 лет не более 25 мин;
- дети 6-8 лет не более 30 мин.

Цель – создание педагогических условий для развития физических качеств детей дошкольного возраста через организацию мини-футбола.

Задачи Программы (для детей 4-5 лет):

1. Формировать первоначальные представления и навыки выполнения технических элементов игры в мини-футбол (ведение, остановка, удар, передача).

2. Содействовать в развитии физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, сила, гибкость).

3. Способствовать воспитанию активности, сознательности, морально-волевых качеств, уверенности в своих силах,уважительного отношения к себе и окружающим.

4. Формировать потребность вести здоровый образ жизни.

Задачи Программы (для детей 5-6 лет):

1. Продолжать развивать физические качества детей (ловкость, быстрота, выносливость, сила, гибкость).

2. Продолжать отрабатывать основные элементы техники и тактики владения мячом. Сделать действия детей направленными и осознанными.

3. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей (бег, бег с изменением направления и скорости, бег спиной вперед, бег приставными шагами, и т.д.)

4. Учить отбивать мяч левой и правой ногой в быстром темпе; вести мяч ногой по прямой, змейкой, с изменением направления; забивать мяч в ворота с места и в движении.

Задачи Программы (для детей 6-8 лет):

1. Закреплять правила игры в мини футбол и совершенствовать их в игре, спортивных играх и эстафетах (ведение мяча по прямой, змейкой, с изменением направлением в быстром темпе; удар по воротам правой и левой ногой, с места и в движении; передачи (пасы) друг другу стоя на месте, и в движении).

2. Продолжать развивать точность и координацию движений, пространственную ориентировку, зрительную и слуховую ориентацию.

3. Продолжать формировать интерес и желание вести здоровый образ жизни.

Планируемые результаты освоения программы:

(для детей 4-5 лет)

В результате занятий у детей формируются знания:

- основных начальных терминов футбола;
- начальных терминов техники ведения мяча;
- игровых упражнений с мячом.

Формируются умения:

- быстро передвигаться по площадке с мячом и менять технику передвижения по сигналу тренера;
- отбивать мяч правой и левой ногой;
- вести мяч ногой и забивать в ворота с небольшого расстояния;
- работать с мячом в парах.

(для детей 5 – 6 лет)

В результате занятий у детей формируются знания:

- о спортивных играх с мячом;
- о футболе как виде спорта;
- об основных терминах футбола и их применении их во время тренировок и игры.

Формируются умения:

- отбивать мяч левой и правой ногой в быстром темпе;
- работать с мячом в парах, тройках, четверках;
- вести мяч ногой по прямой, змейкой, с изменением направления;
- забивать мяч в ворота с места и в движении;
- играть в футбол по упрощённым правилам 2x2.

(для детей 6 – 8 лет)

В результате занятий у детей формируются знания:

- правил игры в футбол;
- футбольных терминов;
- простейших схем движения на поле с мячом;
- способы отбиания мяча и обманных движений.

Формируются умения:

- вести мяч по прямой, змейкой, с изменением направлением в быстром темпе;
- выполнять удар по воротам правой и левой ногой, с места и в движении;
- передавать (пасовать) друг другу мяч, стоя на месте, и в движении;
- действовать в команде, соблюдать правила игры;
- отбирать мяч и владеть обманными движениями при ведении мяча.