

ГУ «Отдел образования города Актобе»
ГУ «МЕТОДИЧЕСКИЙ КАБИНЕТ»
ГККП «Ясли – детский сад №39 «Достық»»

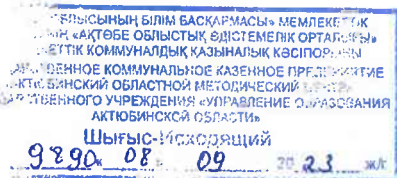
УТВЕРЖДЕНА
Приказом Отдела образования
города Актобе
От «___» _____ 2023 года
№ _____



ПРОГРАММА
«МЫ ИГРАЕМ В ФУТБОЛ»

Актобе 2023 год

М.О.Қосымбаева



РЕЦЕНЗИЯ

на адаптивную программу «Мы играем в футбол»
для детей 5-6 лет Горевого М.А., учителя физической культуры
ГККП Ясли – сад №39 «Достық» г.Актобе

Футбол – одна из самых популярных и массовых коллективных игр.

Учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знания, практических умений и навыков.

Работа предусматривает содействие гармоничного развития детского организма, укрепления здоровья, привития интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Достоинства занятий по футболу, известны как средства воздействия на психическое и физическое состояние ребенка.

Такая форма организации детской деятельности воздействует на сердечно-сосудистую, нервно-мышечную, эндокринную системы организма. Содержание занятий объединяет в себе ряд дидактических принципов, среди которых принципы доступности и индивидуального подхода играют значительную роль, так как спортивные игры являются достаточно сложными для освоения дошкольниками. Индивидуальный подход достигается при подборе методов обучения и воспитания в зависимости от уровня усвоения учебного материала каждым ребенком, а также при учете реакции его организма на данную ему физическую нагрузку. Обучение технике проводится постепенно, путем усложнения условий и выполнения движений.

Данная программа разработана на основе типовой программы по футболу для спортивных школ. Приоритетами программы и являются: демократизация учебно-воспитательного процесса; формирование здорового образа жизни; саморазвитие личности; создание условий для педагогического творчества; поиск, поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта.

Обучение технике игры без мяча: обычный бег, бег спиной вперед, бег крестным и приставным шагом, прыжки толчком одной и двумя ногами, остановка прыжком и выпадом, повороты на месте и в движении переступанием и прыжком; обучение технике владения мячом; удары по мячу ногой и головой, остановка и обработка мяча, ведение мяча, вбрасывание и техника игры вратаря; обучение ударам по мячу ногами: внутренней пяткой; обучение ударам по мячу головой: удар, выполняемый активным движением туловища; удар, выполняемый кивком. Они выполняются стоя, в прыжке вверх, в прыжке вперед с нападением; обучение остановке и обработке мяча.

Методист Актюбинского
областного методического
центра

М.Т.Мурзагулова

Пояснительная записка

Программа занятий «Мы играем в футбол» рассчитана на детей подготовительной группы (5-6 лет)

Актуальность программы:

Отличительной особенностью программы является игровая форма работы, поскольку ведущим видом деятельности детей данного возраста является игра. В игре, как правило, реализуются основные части содержания многих образовательных областей, поэтому в содержание программы включены элементы футбола.

Цель программы:

Умеет общаться с мячом, ощущает его свойства и производит в соответствии с ним свои движения.

Программное содержание:

Предлагаемый настоящей программой учебный план спортивно-оздоровительных групп предусматривает теоретические и практические учебно-тренировочные занятия: общефизической подготовки, специальной физической подготовки, специальной технической подготовки, а также при проведении практических занятий предусматривает подвижные игры с мячом, спортивные и сюжетно-ролевые игры, проведение текущего и контрольного тестирования, осуществление постоянного врачебно-педагогического контроля. Распределение времени в учебном плане на основные виды подготовки осуществляется с учетом возраста воспитанников и их возможностей, в соответствии с конкретными задачами подготовки. Основное внимание уделяется общей физической подготовке, обучению элементам техники и тактики игры в футбол.

Задачи программы:

- овладение воспитанниками спортивной техникой и тактикой футбола;
- воспитание высоких моральных и волевых качеств;
- развитие специальных физических качеств личности.

Ожидаемые результаты:

- результат работы в данной деятельности отслеживается в наблюдениях за работоспособностью;
- мотивацией, посещением занятий обучающихся;
- динамикой роста индивидуальных показателей физической подготовленности детей дошкольного возраста.

Т. еллер

Тематический план

№	Тема	Цель	Кол-во часов
1	«Знакомство с игрой - футбол»	Беседа на тему «Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире». Удары по воротам, метание набивного мяча из-за головы (1 кг/см), бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока.	2
2	«Поговорим о правилах в игре футбол»	Беседа «Учимся играть в футбол» (о технике игры в футбол). Знакомство с техникой владения мяча (ведение, удар, остановка). Удар по воротам. Перебрасывание мяча друг другу стоя, способ из-за головы.	2
3	«Владение мячом»	Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с одного, двух, трех шагов. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Подвижные игры с мячом.	2
4	«Футбольный мяч»	Ведение мяча, ведение мяча змейкой – 10 метров не теряя мяча (ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внутренней стороной стопы): метание мяча вдаль правой и левой рукой.	2
5	«Попади в ворота»	Игровые упражнения: «Вперед с мячом», удар по неподвижному мячу.	2
6	«Кто меткий?»	Перебрасывание мяча друг другу стоя, способ от груди. П/и: «Поймай мяч».	2
7	«Ловкость рук»	Метание мяча вдаль. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	2
8	«Слови мяч»	Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскока мяча от пола, удар по неподвижному мячу. Игровые упражнения: «Солнышко», «Мяч водящему».	2
9	«Точно в ворота»	Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя. Игровые упражнения: «Перенос трех мячей». П/и: «Мяч и веревка».	2
10	«Мяч и веревка»	Перебрасывание мяча друг другу, ведение мяча змейкой. Игровое упражнение: «Пингвины с мячом», «Ловушка в кругу». Малоподвижная игра: «Ручейки и озера».	2
11	«Гонка мячей»	Перебрасывание мяча друг другу сидя, ноги врозь. Игровые упражнения: «Передал-садись», «Догони мяч». П/и: «Сделай фигуру», «Брось-поймай».	2
12	«Ловкие ребята»	«Чей мяч дальше?» - удары по неподвижному мячу. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игровое упражнение: «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу.	2
13	«Гонка мячей»	«Чей мяч дальше?» - удары по неподвижному мячу. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игровое упражнение «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу.	2
14	«У кого больше мячей»	«Чей мяч дальше?» - удары по неподвижному мячу правой, левой ногой с разбега. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. Игровое	2

А. С. Сидоров

		упражнение «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу.	
15	«Ловкость ног»	Ведение мяча по прямой правой, левой ногой. Ведение мяча между ориентирами. Игровые упражнения: «Точный удар» - игра в парах (удар по неподвижному мячу). П/и: «Пустое место».	2
16	«Игра Стоп»	Ведение мяча по прямой правой, левой ногой. Игровые упражнения: «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно; «Не выпускать мяч из круга».	2
17	«Не пропусти мяч»	Ведение мяча в прямом направлении на скорость. Игровое упражнение «Вокруг света» - удар мяча о стену и обратно. Игра в футбол.	2
18	«Ловкий вратарь»	Игровое упражнение «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. П/и «Ловкий оленевод». Игра в футбол.	2
19	«Пингвины с мячом»	Удары по воротам. Игровое упражнение: «Не выпускать мяч из круга». Игра в футбол.	2
20	«Удар, еще удар»	Передача мяча ногой по кругу. П/и «Меткий стрелок». Игра в футбол.	2
21	«Удар по воротам»	Техника передвижения ведения мяча. Игра в футбол.	2
22	«Обратный поезд»	Передача мяча партнеру. Игра в футбол.	2
23	«Точно в ворота»	Ведение мяча между ориентирами. Игра в футбол.	2
24	«Бег с мячом»	Передача мяча друг другу стоя на месте. Игра в футбол.	2
25	«Мини футбол»	Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад).	2
26	«Бег с мячом»	Игровое упражнение «Туннель» - прокатывание мяча между ног.	2
27	«День футбола»	«Лови, бросай - падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу.	2
28	«Учимся играть в футбол»	Техника передвижения. Ведение мяча в прямом направлении на скорость. Игровое упражнение «Вокруг света» - удар мяча о стену и обратно.	2
29	«Кто больше отобьет»	Удар по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Игровое упражнение «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. П/и «Ловкий оленевод». Игра в футбол.	2
30	«Вперед с мячом»	Передача мяча по кругу. П/и «Меткий стрелок». Игра в футбол.	2
31	«Ловкость ног»	Ведение мяча, ведение мяча змейкой – 10м, не теряя мяча (ведение мяча осуществляется последовательными толчками внутренней стороной стопы). Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад).	2
32	«Ловкость ног»	Передача мяча в тройках. Игровое упражнение «Вперед с мячом» - удар по неподвижному мячу.	2
33	«Вперед с мячом»	Техника владения мячом (перемещение, ведение, удар, остановка, отбор).	2
34	«Учимся играть в футбол»	Ознакомление с обманными движениями. П/и «поймай мяч». Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	2
35	«Лови, бросай, падать не давай»	Ведение мяча, ведение мяча змейкой – 10м, не теряя мяча (ведение мяча осуществляется последовательными толчками внутренней стороной стопы, поочередно, то правой, то левой ногой).	2
36	«Мяч в ворота»	Ведение мяча с изменением направления, остановка мяча, отбор.	2

Handwritten signature

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

I. Основная литература:

1. Алямовская В.Г. «Контроль за физической подготовленностью дошкольников» 1993 г

II. Дополнительная литература:

1. Бидзинский М. «Искусство первого касания мяча» 2009 г
2. Боген М.М. «Обучение двигательным действиям» М., 1985 г
3. Вавилова Е.Н. «Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость». М., 1981 г
4. Васильева Н.Н. «Развивающие игры для дошкольников» Ярославль, 1997 г
5. Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать» М., 1983 г
6. Зайцев А.А., Конева Е.В. «Физическое воспитание дошкольников» Калининград, 1997 г
7. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. «Теория и методика физического воспитания дошкольного возраста» М., 1985 г
8. «Контроль за физической подготовленностью дошкольников»: методические рекомендации. Челябинск, Челябинский государственный институт физической культуры. Кафедра методики физического воспитания, 1995 г
9. Коротков И. М «Подвижные игры в занятиях спортом» М., ФИС, 1981 г
10. Лаптев А.П., Сучилин А.А. «Юный футболист» М., 1983 г
11. Ноткина Н.А. «Влияние физических упражнений разной направленности на формирование двигательных способностей детей старшего дошкольного возраста» Л., 1980 г
12. Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду» М., 1986 г
13. Филин В.П. «Воспитание физических качеств у юных спортсменов» М., 1974 г
14. Чанади А. «Футбол. Техника» М., 1978 г