



**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 62 Приморского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА:

Педагогическим советом ОУ
ГБДОУ детский сад № 62
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол от 28.09.2017 г. №3

УТВЕРЖДЕНА:

Приказом ГБДОУ детский сад № 62
Приморского района Санкт-Петербурга
от 29 09 2017 г. № 201-09
Заведующий



В. М. Яковлева

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«МИНИ ФУТБОЛ»**

Возраст детей: от 4 до 8 лет
Срок реализации: 3 года

Разработчик:
Нараян Степан Иванович,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2017

СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

№ п/п	Наименование раздела программы	Страница
I	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	
1.1.	Направленность программы	3
1.2.	Актуальность программы	3
1.3.	Отличительные особенности программы	4
1.4.	Адресат программы	4
1.5.	Цель и задачи программы	4
1.6.	Условия реализации программы	6
1.7.	Планируемые результаты	6
II	Учебный план	8
III	Календарный учебный график	12
	СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	13

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Направленность дополнительной образовательной программы – физкультурно-спортивная.

Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования учебной группы по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

1.2. Актуальность программы. Данная рабочая программа направлена на содействие улучшению здоровья воспитанников и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность.

Целью занятий являются: приобретение воспитанниками необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закалывающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни; воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни; развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие воспитанникам умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

В учебной группе решаются определённые *задачи*: укрепление здоровья и закаливание организма; привитие интереса к систематическим занятиям мини-футболом; обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений; овладение основами технических приёмов, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в мини-футбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами мини-футбола; изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в мини футбол.

1.3 Отличительные особенности программы. Данная программа основана на ФГОС ДО, для группы начальной подготовки 1-го года обучения составлена на основе Примерной программы спортивной подготовки для Детско-юношеских спортивных школ, специализированных Детско-юношеских школ олимпийского резерва. Мини-футбол (Футзал). Методических разработках ряда авторов: Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С., Еременко К.В. 2010 год.

Рабочая программа рассчитана на 64 часа, из них 6 часов теоретических занятий, 2 часа соревнования и 2 часа текущий контроль.

Рабочая программа построена с учетом возрастных особенностей мальчиков и девочек, занимающихся в группе. Возраст воспитанников: 4-8 лет.

Структура программы представлен:

- изучением теоретического материала осуществляется в форме 10-15-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). В ходе практических занятий воспитанники группы получают элементарные навыки судейства игр по футболу и мини-футболу и первичные навыки инструктора-общественника;
- практическими занятиями по обучению судейству начинаются в группе после того, как усвоены основные правила игры. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований. Задача инструкторской практики – научить подавать строевые команды, правильно показывать и объяснять простейшие упражнения;
- практическими занятиями по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике;

- физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма, ей в занятиях отводится значительное место. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов.

Формы подведения итогов:

- соревнования.

1.4 Адресат программы:

Возраст детей, участвующих в реализации программы соответствует возрасту детей младшего, среднего и старшего и подготовительного дошкольного возраста: 3-4 года, 4-5 лет, 5-6 лет и 6-7 лет.

1.5 Цель и задачи программы:

Целью занятий являются: приобретение воспитанниками необходимых знаний, умений, навыков необходимые для овладения игрой мини – футбол.

Задачи:

- сформирование навыков самостоятельного использования физических упражнений, закаляющих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни;
- воспитание навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни;
- развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса;
- привитие воспитанникам умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

1.6 Условия реализации программы

Для проведения программы должны быть обеспечены условия:

1. Наличие физкультурного зала;
2. Гимнастическая скамейка: длина – 300 см, ширина – 23 см, высота – 30 см. – 6 шт.;
3. Мяч для футбола - 1 шт.;
4. Мяч набивной - 10 шт.;
5. Мишени для метания настенные - 2 шт.

1.7 . Планируемые результаты освоения дополнительной образовательной программы

- Содержание и методика контрольных испытаний

Общая подготовленность

- Бег 10 м. Бег выполняется с высокого старта. Секундомер запускается по первому движению испытуемого.
- Челночный бег 30 м (5х6 м). На расстоянии 6 м друг от друга обозначаются линия старта и контрольная линия. По сигналу испытуемый начинает бег, преодолевая обозначенную дистанцию 5 раз. При изменении направления движения обе ноги испытуемого должны пересекать каждый раз одну из упомянутых линий.
- Челночный бег 30 м (3х10 м). Упражнение с такими же требованиями, как и предыдущее.

- Челночный бег 104 м (рис. 1). Линией старта служит линия ворот. От ее середины испытуемый по сигналу выполняет рывок до 6-метровой отметки, касаясь ее ногой. Повернувшись на 180°, он возвращается назад. Далее он совершает рывок до 10-метровой отметки. Повернувшись кругом, испытуемый устремляется к линии старта. Далее он бежит до средней линии поля (20 м) и возвращается к линии ворот. Затем он вновь совершает рывок к 10-метровой отметке, возвращается к месту старта. Завершается
- Прыжок в длину с места. Испытуемый принимает исходное положение на контрольной линии (ноги на ширине плеч). Не переступая ее, он делает несколько махов руками и, с силой оттолкнувшись, махом рук снизу вверх производит прыжок. Из трех попыток засчитывается лучший результат.

Специальная подготовленность

- Жонглирование мячом ногами. Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой. Удары, выполненные одной ногой дважды, засчитываются за один удар. Из трех попыток учитывается лучший результат.
- Бег 30 м с ведением мяча. Испытуемый с мячом занимает позицию за линией старта. По сигналу игрок ведет мяч к линии финиша, выполняя на данной дистанции не менее трех касаний мяча ногами. Ведение осуществляется любым способом. Упражнение считается законченным, когда испытуемый пересечет линию финиша. Учитывается время выполнения упражнения. Даются две попытки. Засчитывается лучший результат.
- Ведение мяча по «восьмерке» (рис. 1). На поле стойками обозначается квадрат со сторонами 10 м. Одна стойка устанавливается в середине квадрата. По сигналу испытуемый ведет мяч от стойки А к стойке Ц, обходит ее и движется к стойке Б. Обведя ее, он направляется к стойке В, огибает ее с внешней стороны и вновь ведет мяч к стойке Ц. Обводя эту стойку уже с другой стороны, он движется к стойке Г. Обогнув ее, испытуемый финиширует у стойки А. Ведение мяча осуществляется только внутренней и внешней частью подъема. Учитывается время выполнения задания. Из двух попыток засчитывается лучшая.

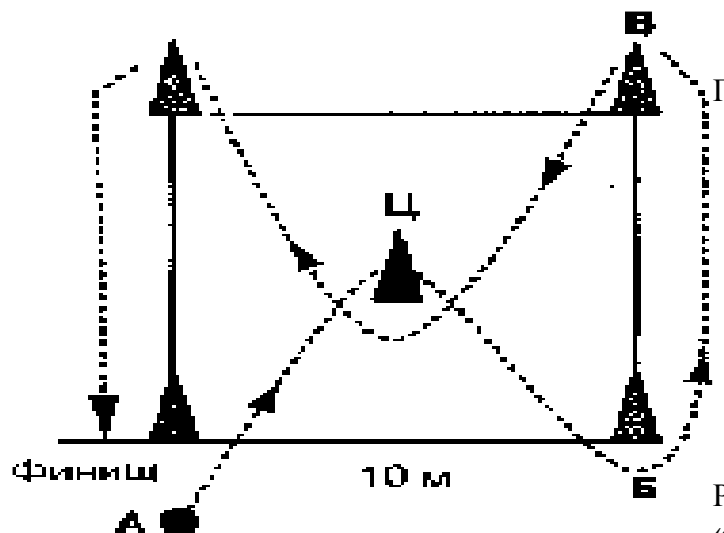


Рис. 1 Ведение мяча «восьмерке»

по

- Ведение мяча по границе штрафной площади (рис. 2). Испытуемый с мячом встает перед пересечением штрафной и вратарской линий. По сигналу он начинает ведение мяча подошвой правой ноги по границе штрафной площади до пересечения ее с линией ворот. Как только мяч пересечет эту точку, испытуемый разворачивается и начинает ведение мяча подошвой левой ноги в обратном направлении по границе штрафной площади. Как только он пересекает с мячом линию ворот, фиксируется время прохождения дистанции.

Определение результатов:

Педагогический контроль и оценка подготовки подготовленности воспитанников группы являются важными элементами, определяющими эффективность процесса обучения и тренировки. Для получения объективной информации планируется использовать педагогическое наблюдение и тестирование. Контроль за уровнем нагрузки на занятия проводится по карте педагогического наблюдения за степенью утомления воспитанников:

Таблица № 2

Объект наблюдения	Степень и признаки утомления		
	Небольшая	Средняя	Большая (недопустимая)
Цвет кожи лица	Небольшое покраснение	Значительное покраснение	Редкое покраснение, побледнение или синюшность.
Речь	Отчетливая	Затрудненная	Крайне затрудненная или невозможная.
Мимика	Обычная	Выражение лица напряженное	Выражение страдания на лице.
Потливость	Небольшая	Выраженная верхней половины тела	Резкая верхней половины тела и ниже пояса, выступание соли.
Дыхание	Учащенное, ровное	Сильно учащенное	Сильно учащенное, поверхностное, с отдельными глубокими вдохами, сменяющимися беспорядочным дыханием.
Движения	Бодрая походка	Неуверенный шаг, покачивание	Резкое покачивание, дрожание, вынужденная поза с опорой, падение.
Самочувствие	Жалоб нет	Жалобы на усталость, боль в мышцах, сердцебиение, одышку, шум в ушах.	Жалобы на головокружение, боль в правом подреберье, головная боль, тошнота, иногда икота, рвота

Метод тестирования дает возможность оценить уровень подготовленности воспитанников, прирост их физического развития и совершенствования технического мастерства.

Контроль осуществляется по таблице нормативов, разработанной школой на основе Примерной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. Мини-футбол (Футзал).

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Дети 3-4 лет

№ раздела, темы	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе		
			теория	практика	Формы контроля
1	Техническая подготовка	10	2	6	Наблюдение
2.	Тактическая подготовка	10	3	7	
3.	Общая физическая подготовка	14		13	Наблюдение
4.	Специальная физическая подготовка	16	1	16	Наблюдение
5.	Соревнования	2		2	
6.	Игровая подготовка	12		12	
	Итого:	64	6	54	Наблюдение

Дети 4-5 лет

№ раздела, темы	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе		
			теория	практика	Формы контроля
1	Техническая подготовка	10	2	6	Наблюдение
2.	Тактическая подготовка	10	3	7	
3.	Общая физическая подготовка	14		13	Наблюдение
4.	Специальная физическая подготовка	16	1	16	Наблюдение
5.	Соревнования	2		2	
6.	Игровая подготовка	12		12	
	Итого:	64	6	54	Наблюдение

Дети 5-6 лет

№ раздела, темы	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе		
			теория	практика	Формы контроля
1	Техническая подготовка	10	2	6	Наблюдение
2.	Тактическая подготовка	10	3	7	
3.	Общая физическая подготовка	14		13	Наблюдение
4.	Специальная физическая подготовка	16	1	16	Наблюдение
5.	Соревнования	2		2	
6.	Игровая подготовка	12		12	

	Итого:	64	6	54	Наблюдение
--	---------------	-----------	----------	-----------	-------------------

Дети 6-7 лет

№ раздела, темы	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе		
			теория	практика	Формы контроля
1	Техническая подготовка	10	2	6	Наблюдение
2.	Тактическая подготовка	10	3	7	
3.	Общая физическая подготовка	14		13	Наблюдение
4.	Специальная физическая подготовка	16	1	16	Наблюдение
5.	Соревнования	2		2	
6.	Игровая подготовка	12		12	
	Итого:	64	6	54	Наблюдение

III. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
3-4 года	01.10.2017 г.	31.05.2018 г.	32	64	2 раза в неделю по 15 мин.
4-5 лет	01.10.2017 г.	31.05.2018 г.	32	64	2 раза в неделю по 20 мин.
5-6 лет	01.10.2017 г.	31.05.2018 г.	32	64	2 раза в неделю по 25 мин.
6-7 лет	01.10.2017 г.	31.05.2018 г.	32	64	2 раза в неделю по 30 мин.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андреев С.Л. Мини-футбол. - М.: ФиС, 1978. - 111 с.
2. Андреев С.Л. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 1989. - 144 с.
3. Богин М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
4. Максимейко И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. - Луганск: Знание, 2000. - 276 с.
5. Мини-футбол (футзал) : Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. Еременко. - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.
6. Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М. Советский спорт, 2008.- 264 стр
7. Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Терра-Спорт,2000.- 86 стр.(Библиотечка тренера)
8. Филин В.П., Фомин И.А. Основы юношеского спорта. - М.: ФиС, 1980.-255 с.
9. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под общей ред. А.П. Лаптева и А.А. Сучилина. - М.: ФиС, 1983. - 254 с.