МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 468 620137, г. Екатеринбург, ул. Ирбитская, 7 тел./факс 341 – 59 – 03

Принято Педагогическим советом протокол № 1 «01» сентября 2025 г.

Утверждаю заведующий МБДОУ № 468 с. Ю. Ивашова приказ № 66 «01» сентября 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «ФУТБОЛ»

возраст обучающихся - 5-7 лет срок реализации: 2 года

Автор-составитель: Кириллов Павел Андреевич педагог дополнительного образования

Екатеринбург 2025

Содержание	
Раздел 1. Целевой	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Цели и задачи реализации Рабочей программы	3
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Рабочей программы	4
1.1.3. Значимые для реализации программы характеристики	4
1.1.4. Характеристики особенностей развития детей	4
1.2. Планируемый результат освоения Рабочей программы	4
1.2. Система оценки результатов освоения программы	4
Раздел 2. Содержательный	5
2.1. Описание образовательной деятельности	5
2.1.1. Календарно-тематический план для детей 5-6 лет	5
2.1.2. Календарно-тематический план для детей 6-7 лет	10
Раздел 3. Организационный	14
3.1. Этапы реализации программы	14
3.2. Формы обучения	14
3.3. План совместной деятельности	14
3.4. Формы проведения итогов реализации программы	14
3.5. Мастер-технического обеспечения программы	14
3.5.1. Спортивный инвентарь	14
3.5.2 Технические средства обучения	15
3.5.3. Методическое обеспечение программы	15

1.Целевой раздел 1.1. Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии:

- $-\Phi\Gamma$ ОС ДО N1155 от 17 октября 2013 г.,
- $-\Phi$ 3 «Об образовании в РФ» N273 от 29.12.2012,
- Конвенцией ООН о правах ребенка,
- законом РФ «О физической культуре и спорте в РФ» N80 от 29.04.1999 г., письмом МО РФ N65/23-16 от 14.03.2000 г. «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»,
- Приказом МО РФ и МЗ РФ Государственного комитета РФ по физической культуре и спорту, РАО N2715/227/166/19 от 16.07.2002 г. «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях РФ»,
 - Уставом МБДОУ-детский сад комбинированного вида №468.

Данная программа написана на основании программы «Физическая культура дошкольникам» Л.И. Пензулаевой и элементами программы «Футбол» Н.И. Николаевой. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах деятельности с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Актуальность программы: Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития. Для удовлетворения потребности детей в двигательной активности в детском саду необходимо организовывать занятия по интересам физкультурно-спортивной направленности. Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании, отбивании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объёма развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. Систематические игры и упражнения с мячом активно влияют на совершенствование психических процессов: силы, уравновешенности, подвижности. Совместное выполнение упражнений с мячом (в парах, втроём, в кругу) – прекрасная школа приобщения ребёнка к коллективу. В играх, которые проводятся в команде, он учится слаженно работать с партнёрами. Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры. Поэтому упражнения с мячом занимают одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми и стали основой для составления данной программы. Программа обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе, а именно необходимый и достаточный уровень развития ребёнка для успешного освоения им в дальнейшем основной общеобразовательной Программой начального общего образования по предмету «Физическая культура».

1.1.1. Цель программы «Футбол»

Овладение детьми действиями с мячом на более высоком уровне, умением играть в спортивные игры с мячом, развитие у дошкольников «чувства мяча».

Задачи:

Оздоровительные:

- -сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие
- -способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной,
- сердечнососудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей Образовательные:
- -познакомить детей с историей, правилами и элементами спортивных игр: баскетбол, пионербол, волейбол, футбол
- -учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом

Развивающие:

- -развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер
- -формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, забрасывание в корзину, подача мяча, блокирование, ведение мяча ногами, удар по воротам и умение применять их в игровой ситуации
- -развивать способность действовать мячом на достаточно высоком уровне.

Воспитательные:

- -формировать общую культуру личности детей, в том числе ценности здорового образа жизни воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели
- -воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

1.1.2. Принципы и подходы:

- -поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства
- -реализация программы в формах, специфических для детей дошкольного возраста, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности
- -принцип индивидуально-дифференцированного подхода; индивидуализации дошкольного образования
- -принцип гармоничности образования
- -поддержка инициативы детей в различных видах деятельности
- -сотрудничество Организации с семьёй
- -возрастная адекватность дошкольного образования

(соответствие условий, требований, методов возрасту и особенности и особенностям развития)

-приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

1.1.3. Значимые для реализации программы характеристики:

ловкость, быстрота, выносливость, ориентация в пространстве.

1.1.4. Характеристики особенностей развития детей:

Возрастной период от 5 – 7 лет называют периодом «первого вытяжения»; за один год ребёнок может вырасти до 7 – 10 см., на протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц – 200 г, а роста – 0,5 см. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребёнка к пяти – шести годам ещё не завершено. В этом возрасте у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают упражнения в ходьбе, беге, прыжках, метании. В возрасте 5-7 лет улучшается координация движений. Дети способны выполнять упражнения более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию взрослого или требуемой ситуацией.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы ЦНС: возбуждение и особенно торможение, и несколько легче формируются все виды условного торможения. Интенсивно формируется сердечно — сосудистая система. Средняя частота пульса к 6-7 годам составляет 92-95 ударов в минуту. Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых от взрослого. Жизненная ёмкость лёгких невелика, поэтому он дышит чаще, в среднем 25 раз в минуту. Исследования по определению общей выносливости детей (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно — сосудистой и дыхательной систем у детей этого возраста достаточно высокие.

1.2. Планируемые результаты освоения программы

Ребёнок выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание).

Ребёнок умеет перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрёстно, через сетку. Ребёнок может бросать мяч вверх, о пол, ловить его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, с поворотами. Ребёнок легко отбивает мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении, перебрасывает набивные мячи.

Ребёнок владеет метанием на дальность (6-12 м) левой и правой рукой; метанием в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя); метанием в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м); метанием в движущуюся цель.

Ребёнок освоил элементы спортивных игр:

Баскетбол

- -умеет передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча)
- -умеет перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении
- -умеет ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон
- -умеет забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча
- -умеет вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь по сигналу *Волейбол*
- -умеет выполнять отбивание мяча после подачи соперника через сетку
- -умеет производить подачу надувного мяча одной рукой снизу, сверху
- -выполняет простейшие правила игры.

Футбол

- -умеет передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте
- -умеет вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота Пионербол
- -умеет производить подачу из-за лицевой линии
- -умеет выполнять бросок через сетку из разных частей площадки
- -способен выполнять игровые действия в команде
- -правильно реагирует на свисток и жесты судьи

1.3 Система оценки результатов освоения программы

Метод диагностики: тестовые задания на выявление уровня владения мячом.

Критерии оценки выполнения:

- 3 балла правильное выполнение движений, навык сформирован и автоматизирован;
- 2 балла неправильное выполнение после третьего движения, есть отдельные изолированные движения, но навык не автоматизирован;

 $1 \, балл$ — ребёнок не может выполнить задание уже на втором движении; $0 \, баллов$ — отказ от выполнения движения.

<u>Диагностика по определению уровня усвоения программы</u> (первый год обучения).

		виды движений																			
			брос	ание			отби	вание				мета	ание			38	абрасі	ывани	ие		
		EEel		в па	рах	дву	EMC		ной		В		ept.		ъ, не		Е		CKSI-	cvi	има
	Ф.И.		вля вму				ами, я на	py:	кой	-	вонт. ь с R		ьсК м.		се б с.	-	ину, шую		ыную зину	1	лов,
No	ребёнка	рук					сте	TD02	EH-		м.						юлу	LO _D .	J		вень
								жею													
								впер													
		С	М	С	м	С	М	С	м	С	М	С	м	С	м	С	м	С	М	С	м

Высокий уровень — от 22 до 27 баллов. Средний уровень — от 13 до 21 балла. Низкий уровень — от 0 до 12 баллов.

<u>Диагностика по определению уровня усвоения программы</u> (второй год обучения).

	виды движений																						
			бр	сани	е		отбі	івани	ie	3	абрас	сыван	ие		элез	іенть	і спор	тивн	ых и	гр			
		EE	epx	в па	ipax,	0	T	одв	юй	:	В	:	Е										
	Φ.	1	И		с	CTG	ны	руз	юй	бас	Ket-	бас	Kex-										
	И.	ло	яля	повој	ротом			отп	юла,	боля	ную	болз	ьную									суъ	ша
	pe	од	йон	кру	TOM			1129	TEN-	кор	вину	кор	зину	пион	ербол	баск	етбол	воле	ейбол	фут	бол	бал.	пов,
	бён	py	кой					tasc	. δε-	сто	я на	по	сле									урог	генъ
								re	м	ме	сте	веде	р кин									ypo	CIID
№	ка									нз	-3a	фикс	ацией										
										гол	овы	оста	новки										
		С	м	С	м	С	м	С	м	С	М	С	м	С	М	С	м	С	м	С	М	С	м

Высокий уровень — от 24 до 30 баллов. Средний уровень — от 14 до 23 баллов. Низкий уровень — от 0 до 13 баллов.

2. Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности

На занятиях и вне занятий:

- проведение бесед об истории и правилах спортивных игр с мячом
- демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры и т.д., просмотр мультфильмов на спортивную тематику, видеороликов фрагментов уроков физкультуры для детей начальных классов школы
- освоение детьми техникой игры в пионербол, баскетбол, футбол, волейбол, состоящую из двух видов действий: движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках без передачи его партнёру (стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения)
- перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами
- применение мелких предметов для развития мелких мышц рук
- использование различных видов мячей для ОРУ
- использование дыхательных упражнений
- проведение ритмической гимнастики
- использование упражнений на расслабление.

2.1.1. Календарно-тематический план для детей 5-6 лет

СЕНТЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
1.Познакомить детей с различными видами мячей, с историей возникновения мяча. 2. Учить сочетать замах с броском при метании. 3. Развивать глазомер, точность движения.	МОНИТОРИНГ 1 Часть: Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен. Бег. Подскоки и прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Ходьба.	1 Часть: Ходьба с заданием для рук, подскоки и прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Ходьба. 2 Часть:

4. Соблюдать правила игры с
мячом.
5. Выявить исходные данные
психомоторного развития

ребёнка.

2 Часть:

ОРУ с массажным мячом. Упр-е для кистей рук с попрыгунчиком. $\underline{\Pi/M}$ «Брось — догони». Π/Π «Подбрось – поймай». Дых. упр-е «Носик балуется». 3 Часть:

Презентация

«Мячик, мячик, ты откуда?»

ОРУ с большим мячом. Упр-е для кистей рук с мячиком для пингпонга. ОВД 1. Катание мяча «змейкой» между предметами.

2. Бросание малого мяча вверх и ловля его одной рукой.

П/И «Попади в цель». П/И «Шмель». Дых. упр-я «Смешинка» «Шарик лопнул».

3 Часть: Релаксация «Пляж» (3)

«Волшебный сон» (4).

ОКТЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
1.Учить отбивать мяч о пол двумя руками, стоя на месте; прокатывать с горки; подбрасывать и ловить с хлопком в ладоши. 2.Учить сохранению правильной осанки при выполнении	1 Часть: Ходьба приставным шагом боком, прямо. Бег «покажи пятки». Ходьба. 2 Часть: ОРУ с малым резиновым мячом. Упр-е для кистей рук с брусочком. ОВД 1.Отбивание мяча о пол двумя руками, стоя на месте. 2.Прокатывание мяча с горки. П/И «Мяч сквозь обруч». П/И «Ловишки с мячом». Дых. упр-я «Подуй на листик»	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Весёлая клоунада». 2 Часть: ОРУ с надувным мячом. Упр-е для кистей рук с пластмассовым массажным мячиком. ОВД 1.Подбрасывание мяча вверх и ловля его с хлопком. 2.Самостоятельные игры с мячами. П/И «Мяч среднему». П/И «Быстрый мячик». Дых. упр-я «Ветер и листья»
осанки при выполнении упражнений.	«Подуй на листик» «Летят мячи».	«Ветер и листья» «Ёжик».
3. Побуждать к проявлению	3 Часть:	3 Часть:
настойчивости при достижении	Релаксация	Релаксация
конечного результата, стремлению к	«Змейки греются на	«Ковёр – самолёт» (3)
качественному выполнению	солнышке» (1)	Просмотр мультфильма
движения.	«Опавшие листики» (2).	«Топчумба» (4).

НОЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
	1 Часть:	1 Часть:
	Ходьба семенящим шагом, широким шагом, с	Ритмическая гимнастика «Антошка».
1.Учить бросать и ловить мяч	поворотом кругом.	2 Часть:
друг другу из положения сидя;	Подскоки, боковой галоп.	<u>ОРУ</u> с фитболом.
забрасывать мяч в	Ходьба.	Упр-е для кистей рук с
баскетбольную корзину,	2 Часть:	карандашом.
принимая правильную стойку.	<u>ОРУ</u> с малым	<u>ОВД</u>
2.Познакомить со спортивными	пластмассовым мячом.	1. Бросание мяча вверх и
играми с мячом.	Упр-е для кистей рук со	ловля его двумя руками
3. Воспитывать желание	шнурком.	(10 раз подряд).
заниматься в команде.	<u>ОВД</u>	2.Прокатывание мяча по

	1. Бросание и ловля мяча	полу между предметами						
	друг другу из положения	«змейкой», до ориентира,						
	сидя.	вокруг ориентиров.						
	2. Забрасывание мяча в	П/И «Мяч в кругу».						
	баскетбольную корзину.	П/И «Догони мяч».						
	П/И «Ловкая пара».	Дых. упр-я						
	П/И «Мяч вдогонку».	«Лесной воздух»						
	Дых. упр-я	«Маятник».						
	«Каша кипит»	3 Часть:						
	«Дует ветер».	Релаксация						
	3 Часть:	«Тёплая ванна» (3)						
	Релаксация	Презентация						
	«Аромапалочка» (1)	«Виды спорта с мячом»						
	«Каждый спит» (2).	(4).						

ДЕКАБРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
		1 Часть:
		Ритмическая
		гимнастика
	1 Часть:	«Барби».
	Ходьба с заданием для	2 Часть:
	рук, ходьба «пингвин».	<u>ОРУ</u> с воздушным
	Бег «лошадки».	шаром.
	Ходьба.	Упр-е для кистей рук с
	2 Часть:	брусочком.
	<u>ОРУ</u> со средним	<u>ОВД</u>
	мячом.	1.Отбивание мяча о
	Упр-е для кистей рук с	пол двумя руками,
	попрыгунчиком.	продвигаясь вперёд
	<u>ОВД</u>	шагом в прямом
	1. Бросание мяча вверх	направлении (R-5м).
	и ловля его с	2. Метание малого мяча
	поворотом кругом.	в верт. цель (h-2 м).
	2. Бросание мяча друг	П/И «Не упусти
	другу с хлопком.	шарик».
	П/И «Закати мяч в	Π/Π «Мяч об пол».
	обруч».	<u>Дых. упр-я</u>
1. Учить детей бросать мяч вверх и	П/И «Передай мяч».	«Хлопушка»
ловить его с поворотом кругом; бросать	<u>Дых. упр-я</u>	«Молодцы».
мяч друг другу с хлопком; отбивать мяч	«На турнике»	3 Часть:
двумя руками, шагая в прямом	«Подуй на снежинку».	Релаксация
направлении и сохраняя равновесие;	3 Часть:	«Фея сна» (3)
метать малый мяч в верт. цель.	Релаксация	Просмотр
2. Учить соблюдать правила игры.	«Звери спят, птицы	мультфильма
3. Воспитывать внимательность и заботу	спят»(1)	«Дедушка и внучек»
друг к другу.	«Колыбельная» (2).	(4).

ЯНВАРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
	1 Часть:	1 Часть:
	Ходьба в парах, с	Ритмическая
	высоким	гимнастика
	подниманием колен.	«Буратино».
	Медленный бег.	2 Часть:
	Ходьба.	ОРУ с малым
	2 Часть:	резиновым мячом.
	<u>ОРУ</u> с цветным	Упр-е для кистей
1.Учить бросать мяч друг другу и при	клубком.	рук с цилиндром.
ловле делать поворот; метать мячи	Упр-е для кистей	<u>ОВД</u>
разного веса правой левой рукой;	рук с пластмассовым	1.Отбивание мяча о
отбивать мяч о стенку разными	массажным мячиком.	стенку с хлопком, с
способами; метать мяч в горизонт. цель.	<u>ОВД</u>	поворотом, отскоком
2. Развивать физические качества	1. Бросание мяча друг	от пола.
(настойчивость, решительность,	другу и ловля его с	2.Забрасывание
целеустремлённость).	поворотом кругом.	малого мяча в

2.Метание вдаль мячей разного веса и размера правой и левой рукой. П/И «Кати в цель». П/И «Ловкая пара». Дых. упр-я «Дровосек» «Ах!». З Часть: Релаксация «Снежинки» (1)	напольную корзину. П/И «Подвижная мишень». П/И «Быстрый мячик». Дых. упр-я «Вырасти большой» «Стёклышко». З Часть: Релаксация «Сказочный сон» (3) Просмотр
'	1 /
«В царстве Снежной	мультфильма
Королевы» (2).	«Неженка» (4).

ФЕВРАЛЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
		1Часть:
	1 Часть:	Ритмическая
	Ходьба «змейкой»	гимнастика
	поперёк зала, на	«Cocolate».
	корточках. Бег	2 Часть:
	«верёвочка». Ходьба.	<u>ОРУ</u> со средним
	2 Часть:	мячом.
	ОРУ с малым	Упр-е для кистей
	пластмассовым мячом.	рук с карандашом.
	Упр-е для кистей рук со	<u>ОВД</u>
	шнурком.	1. Бросание мяча друг
	<u>ОВД</u>	другу и ловля его с
	1. Бросание мяча друг	отскоком от пола.
	другу и ловля его в	2. Метание мяча в
	движении.	горизонт. цель.
	2. Прокатывание мяча	Π/Π «Мяч в корзину».
	правой и левой ногой	П/И «Ловишки с
	между предметами.	мячом».
	П/И «Попади в ворота».	<u>Дых. упр-я</u>
1. Учить бросать мяч друг другу и	П/И «Мяч по дорожке».	«Гармошка»
ловить его в движении; с отскоком от	<u>Дых. упр-я</u>	«Партизаны».
пола; прокатывать мяч правой и	«Мыльные пузыри»	3 Часть:
левой ногой, сохраняя равновесие.	«Апчхи!».	Релаксация
2. Развивать глазомер.	3 Часть:	«Сосульки тают» (3)
3. Воспитывать желание радоваться	Релаксация	Просмотр
успехам и сопереживать неудачам	«Спящий котёнок» (1)	мультфильма
товарищей.	«Звёздочки на небе» (2).	«Упрямый ослик» (4).

MAPT

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
	1 Часть:	1 Часть: Ритмическая
	Ходьба на носках, пятках. Бег с высоким подниманием	гимнастика
	колен «лошадки». Ходьба. 2 Часть:	«Знаменитое кантри». 2 Часть:
	<u>ОРУ</u> с фитболом.	<u>ОРУ</u> с воздушным
	Упр-е для кистей рук с	шаром.
	брусочком. ОВД	<u>Упр-е для кистей рук</u> с цилиндром.
	1.Отбивание мяча одной	ОВД
1.Учить отбивать мяч одной	рукой (правой и левой), продвигаясь вперёд.	1.Забрасывание мяча в баскетбольную
рукой; прокатывать его ногой	2.Прокатывание мяча	корзину.
между предметами; перебрасывать друг другу через шнур.	правой и левой ногой между предметами.	2.Перебрасывание мяча друг дугу через шнур.
2. Развивать физические качества	П/И «Догони мяч».	П/И «Мяч навстречу
(быстроту, силу, ловкость). 3.Поддерживать интерес к	П/И «Ловкая пара». <u>Дых. упр-я</u>	мячу». П/И «Успей поймать».
различным видам спорта.	«Обед»	Дых. упр-я

«Hacoc».	«Художники»
3 Часть:	«Дятел».
Релаксация	3 Часть:
«Подводный мир» (1)	Релаксация
«У лесного ручья» (2).	«Аромапалочка» (3)
	Просмотр
	мультфильма
	«С бору по сосенке»
	(4).

АПРЕЛЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
	1 Часть:	1 Часть:
	Ходьба спиной вперёд,	Ритмическая гимнастика
	парами. Бег с	«Детская танцевальная».
	выбрасыванием прямых ног	2 Часть:
	вперёд. Ходьба.	<u>ОРУ</u> с цветным клубком.
	2 Часть:	Упр-е для кистей рук с
	<u>ОРУ</u> с надувным мячом.	мячиком для пинг-понга.
	Упр-е для кистей рук с	ОВД
	пластмассовым массажным	1.Перебрасывание мяча
	мячом.	через сетку в команде
	ОВД	(элементарный
	1. Отбивание мяча о стенку	пионербол).
	с хлопком, поворотом,	П/И «Ты катись, катись,
	отскоком от пола.	наш мячик».
	2. Перебрасывание мяча	<u>Дых. упр-я</u>
	через шнур в команде	«Ныряльщики»
1. Учить элементам спортивных	(элементы пионербола).	«Осы».
игр с мячом.	П/И «Послушный мяч».	3 Часть:
2. Развивать мелкую моторику	Дых. упр-я	Релаксация
рук.	«Дуем друг на друга»	«Путешествие на облаке»
3. Воспитывать положительные	«Полёт в космос».	(3)
качества личности	3 Часть:	Просмотр мультфильма
(инициативность,	Релаксация	«Как утёнок- музыкант
самостоятельность,	«Волшебный сон» (1)	научился играть в
активность).	«Тайны космоса» (2).	футбол»(4)

МАЙ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
	1 Часть:	
	Ритмическая	
	гимнастика	
	2 Часть:	
	<u>ОРУ</u> с большим мячом.	
	Упр-е для кистей рук с	
	попрыгунчиком.	
	<u>ОВД</u>	
	Самостоятельные игры	
	с мячами.	
1. Развивать	Дых. упр-я	
двигательную	«Сирень»	
активность.	«Песенка».	
2. Воспитывать	3 Часть:	
положительные	Релаксация	
эмоции.	«Цветы распускаются»	Физкультурный досуг совместно с
3. Определить уровень	(1)	детьми подготовительной группы
владения мячом.	«Загораем» (2).	«Мы – спортсмены».МОНИТОРИНГ

СЕНТЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
1.Учить детей метать мяч в горизонтальную цель; вдаль с нескольких шагов. 2.Развивать глазомер, двигательную активность детей. 3.Воспитывать желание заниматься спортом.	МОНИТОРИНГ 1Часть: Ходьба широким и мелким шагом. Бег с изменением темпа. Ходьба. 2 Часть: ОРУ с массажным мячом. Упр-е для кистей рук с попрыгунчиком. ОВД 1. Катание мяча в заданном направлении. 2. Метание малого мяча в горизонт. цель правой левой рукой с R 4-5 м. П/И «Горизонтальная мишень». П/И «Точный удар». Дых. упр-е «Носик балуется» 3 Часть: Релаксация «Пляж».	1 Часть: Ходьба с высоким подниманием колен, с перекатом с пятки на носок. Бег мелким и широким шагом. Ходьба. 2 Часть: ОРУ с большим мячом. Упр-е для кистей рук с мячиком для пинг-понга. ОВД 1. Метание вдаль малого мяча с нескольких шагов. 2. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. П/И «Попади и поймай». П/И «Мяч навстречу мячу». Дых. упр-я «Смешинка» «Шарик лопнул». 3 Часть: Релаксация «Волшебный сон» (3) Презентация «Как стать спортсменом» (4).

ОКТЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
	1 Часть:	
	Ходьба приставным шагом	
	вправо и влево. Боковой	
	галоп. Ходьба.	1 Часть:
	2 Часть:	Ритмическая гимнастика
	ОРУ с малым резиновым	«Дождя не боимся».
	МЯЧОМ.	2 Часть:
	Упр-е для кистей рук с	<u>ОРУ</u> с надувным мячом.
	брусочком.	Упр-е для кистей рук с
	<u>ОВД</u>	пластмассовым массажным
	1. Метание в цель из разных	мячиком.
	исходных положений: стоя на	<u>ОВД</u>
	коленях, сидя, лёжа.	1. Бросание мяча вверх и
	2. Бросание мяча вверх и	ловля его одной рукой.
	ловля его двумя руками.	2.Прыжки с зажатым
	П/И «Не упусти мяч».	между коленями мячом.
	П/И «Догони мяч».	П/И «Закати мяч».
1.Учить детей метать мяч в	Дых. упр-я	П/И «Выстрели мячом».
цель из разных исходных	«Подуй на листик»	Дых. упр-я
положений.	«Летят мячи».	«Ветер и листья».
2. Развивать физические	3 Часть:	3 Часть:
качества (быстроту, ловкость,	Релаксация	Релаксация
выносливость).	«Змейки греются на	«Ковёр – самолёт» (3)
3. Воспитывать красоту,	солнышке» (1)	Просмотр мультфильма
грациозность движений.	«Опавшие листья» (2).	«Спортландия» (4).
грациозность движений.	«Опавшие листья» (2).	«Спортландия» (4).

НОЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
1.Учить метать мяч правой и левой	1 Часть:	1 Часть:
рукой, отбивать мяч о пол,	Ходьба с высоким	Ритмическая
двигаясь «змейкой».	подниманием колен. Бег	гимнастика
2. Развивать глазомер, учить	«змейкой» поперёк зала.	«Амана кукарела».
принимать правильную стойку при	Ходьба.	2 Часть:
забрасывании мяча в корзину.	2 Часть:	<u>ОРУ</u> с фитболом.

3. Воспитывать стремление детей ОРУ с малым пластмассовым Упр-е для кистей объединяться в команды для мячом. рук с карандашом. подвижных игр по собственному Упр-е для кистей рук со ОВД предпочтению. шнурком. 1. Бросание мяча от ОВД груди, через голову. 1.Метание вдаль мяча с R6-2.Забрасывание мяча в баскетбольную 12 м. 2.Отбивание мяча о пол, корзину. двигаясь «змейкой» между $\Pi/И$ «Стоп». П/И «Гонка мячей по предметами. П/И «Ловишки с мячом». кругу». П/И «Не задень мяч». Дых. упр-я «Лесной воздух» Дых. упр-я «Каша кипит» «Маятник». 3 Часть: «Ветер дует». 3 Часть: Релаксация «Тёплая ванна» (3) Релаксация Просмотр «Аромапалочка» (1) «Каждый спит» (2). мультфильма «Тихая поляна» (4).

ДЕКАБРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
		1 Часть:
		Ритмическая гимнастика
	1 Часть:	«Звёзды Новый год
	Ходьба спиной вперёд, с	развесил».
	заданием для рук. Бег с	2 Часть:
	захлёстыванием голени.	<u>ОРУ</u> с воздушным
	Ходьба.	шариком.
	2 Часть:	Упр-е для кистей рук с
	<u>ОРУ</u> со средним мячом.	брусочком.
	Упр-е для кистей рук с	ОВД
	попрыгунчиком.	1.Бросание мяча друг
	<u>OBД</u>	другу с хлопком, с
	1. Бросание мяча друг другу и	поворотом, с отскоком от
	ловля его с поворотом	пола.
	кругом.	Спортивная игра
	2.Отбивание мяча о пол	«Пионербол».
	двумя руками, продвигаясь	П/И «Проведи мяч».
	вперёд бегом.	П/И «Поймай мяч».
1.Учить детей выполнять	$\Pi/\bar{\Pi}$ «Мяч по кочкам».	<u>Дых. упр-я</u>
движения под	П/И «Играй, играй, мяч не	«Хлопушка»
ритмичную музыку.	теряй».	«Молодцы».
2.Продолжать учить	Дых. упр-я	3 Часть:
подбрасывать мяч и ловить его	«На турнике»	Релаксация
с поворотом кругом.	«Подуй на снежинку».	«Фея сна» (3)
3. Развивать двигательную	3 Часть:	Просмотр видеоролика
активность детей.	Релаксация	с урока физкультуры
4.Воспитывать чувство	«Звери спят, птицы спят» (1)	учеников начальной
товарищества.	«Колыбельная» (2).	школы (4).

ЯНВАРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
1.Учить детей метать мяч в горизонт. цель; бросать и ловить мяч от стены разными способами. 2.Развивать двигательную активность детей и глазомер. 3.Учить метать мяч разного веса и размера. 4.Воспитывать волевые качества личности (целеустремлённость,	1 Часть: Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег с преодолением препятствий. Ходьба. 2 Часть: ОРУ с малым резиновым мячом. Упр-е для кистей рук с пластмассовым	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Позитив». 2 Часть: ОРУ с цветным клубком. Упр-е для кистей рук с цилиндром. ОВД 1.Бросание и ловля мяча от стены с разными заданиями: с отскоком от пола, с поворотом
выдержку).	массажным мячиком.	кругом, с перепрыгиванием

<u>ОВД</u>	через отскочивший мяч.
1. Отбивание мяча о пол	2.Отбивание мяча о пол,
одной рукой,	продвигаясь по кругу.
продвигаясь вперёд.	П/И «Мяч по дорожке».
2. Метание вдаль мячей	П/И «Ты катись, катись, наш
разного веса и размера	мячик».
правой и левой рукой.	<u>Дых. упр-я</u>
П/И «Не упусти	«Вырасти большой»
шарик».	«Стёклышко».
П/И «Послушный мяч».	3 Часть:
<u>Дых. упр-я</u>	Релаксация
«Дровосек»	«Сказочный сон» (3)
«Ax!».	Просмотр мультфильма
3 Часть:	«Необыкновенный матч» (4).
Релаксация	
«Снежинки» (1)	
«У Снежной Королевы»	
(2).	

ФЕВРАЛЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
	1 Часть: Ходьба парами, с заданиями для рук. Бег « покажи пятки». Ходьба. 2 Часть: ОРУ с пластмассовым малым мячом. Упр-е для кистей рук со шнурком. ОВД 1.Бросание мяча друг другу с хлопком, с отскоком, от груди, из-за головы. 2.Прокатывание мяча ногами по прямой с попаданием в	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Наша армия самая сильная». 2 Часть: ОРУ со средним мячом. Упр-е для кистей рук с карандашом. ОВД 1.Прокатывание мяча ногами «змейкой» между предметами. 2.Прокатывание мяча ногами с передачей друг другу. П/И «Кто быстрее». П/И «Попади в цель».
1.Продолжать учить детей выполнять упражнения с мячом в парах. 2.Развивать красоту,	воротца. П/И «Передал – садись». П/И «Выстрели мячом». <u>Дых. упр-я</u>	<u>Дых. упр-я</u> «Гармошка» «Партизаны».
плавность движений под музыку. 3.Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами	«Мыльные пузыри» «Апчхи!». 3 Часть: Релаксация «Спящий котёнок» (1)	3 Часть: Релаксация «Сосульки тают» (3) Просмотр мультфильма «Болек и Лёлек. Зимняя
играх с элементами соревнований.	«Спящий котёнок» (1) «Звёздочки на небе» (2).	«Болек и Лёле Олимпиада» (4

MAPT

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
	1 Часть:	1 Часть:
	Ходьба гимнастическим	Ритмическая гимнастика
	шагом. Бег врассыпную с	«Мы маленькие дети».
	остановкой по сигналу.	2 Часть:
	Ходьба.	<u>ОРУ</u> с фитболом.
1.Продолжать учить	2 Часть:	Упр-е для кистей рук с
детей бросать мяч через	ОРУ с воздушным шариком.	цилиндром.
сетку.	Упр-е для кистей рук с	<u>ОВД</u>
2. Учить детей играм с	брусочком.	1.Удерживание мяча на
элементами футбола и	<u>ОВД</u>	голове как можно дольше.
волейбола.	1. Метание мяча в движущуюся	2.Отбивание мяча коленом.
3. Развивать физические	цель правой и левой рукой.	Π/M «Мы – футболисты».
качества (быстроту,	2. Бросание мяча друг другу	<u>Дых. упр-я</u>
силу, ловкость).	через сетку.	«Художники»
4.Воспитывать чувство	П/И «Волейбол с воздушными	«Дятел».
товарищества.	шарами».	3 Часть:

П/И «Не упусти шарик».	Релаксация
<u>Дых упр-я</u>	«Аромапалочка» (3)
«Обед»	Просмотр видеоролика с
«Hacoc».	урока физкультуры учеников
3 Часть:	начальной школы (4).
Релаксация	
«Подводный мир океана»(1)	
«У лесного ручья» (2).	

АПРЕЛЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие3-4
		1 Часть:
		Ритмическая
		гимнастика
		«Intro».
	1 Часть:	2 Часть:
	Ходьба «змейкой» поперёк	<u>ОРУ</u> с цветным
	зала. Бег с выбрасыванием	клубком.
	прямых ног вперёд. Ходьба.	Упр-е для кистей рук с
	2 Часть:	мячиком для пинг-
	<u>ОРУ</u> с надувным мячом.	понга.
	Упр-е для кистей рук	ОВД
	с пластмассовым массажным	1. Прокатывание мяча
	мячиком.	правой и левой ногой
	ОВД	между предметами.
	1. Ведение мяча одной рукой	2. Ведение мяча ногой,
	на корточках.	стараясь увести его у
	2. Забрасывание мяча в	соперника.
	баскетбольную корзину,	П/ И «Элементарный
	стараясь увести мяч у	футбол».
	соперников (элементы	П/И «Съедобное -
	баскетбола).	несъедобное».
	П/И «Волейбол с надувным	Дых. упр-я
1. Учить детей прокатывать	мячом».	«Ныряльщики»
мяч, попадая в ворота;	П/И «Быстро отвечай».	«Осы».
забрасывать мяч в	Дых. упр-я	3 Часть:
баскетбольную корзину.	«Дуем друг на друга»	Релаксация
2. Обучать детей спортивным	«Полёт в космос».	«Путешествие на
играм с выполнением	3 Часть:	облаке» (3)
простейших правил.	Релаксация	Просмотр мультфильма
3. Воспитывать интерес к	«Волшебный сон» (1)	«Футбольные звёзды»
спортивным играм.	«Тайны космоса» (2).	(4).

МАЙ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
	1 Часть:	
	Ритмическая гимнастика	
	«Чунга – чанга». 2 Часть:	
	ОРУ с большим мячом.	
	<u>Упр-е для кистей рук</u> с	
	попрыгунчиком.	
	<u>ОВД</u>	
	Самостоятельные игры с	
	мячами.	
1. Совершенствовать навык	<u>Дых. упр-я</u>	
ведения мяча.	«Сирень»	Физкультурный
2. Развивать двигательную	«Песенка».	досуг совместно с детьми
активность детей.	3 Часть:	старшей группы
3. Воспитывать	Релаксация	«Мы – спортсмены».
положительные эмоции.	«Цветы распускаются»	_
4.Определить уровень	(1)	МОНИТОРИНГ
владения мячом.	«Загораем» (2).	WOHNTOI NIII

3. Организационный раздел

3.1. Этапы реализации программы.

Образовательная деятельность в рамках рабочей программы «Футбол» рассчитана на два года: первый для детей 5-6 лет, второй — для детей 6-7 лет. Обучение дошкольников по программе «Футбол» проходит поэтапно. На каждом занятии навыки владения мячом дети осваивают и закрепляют через игровую деятельность. Объяснения для детей сопровождаются показом и выполнением взрослым необходимых действий с мячом. Известно, что в дошкольном возрасте в воспитании ребёнка доминирующую роль играют зрительные образы, поэтому любое словесное объяснение сопровождается наглядным показом взрослого и многократным повторением

Обучение по программе «Футбол» состоит из трёх этапов: начального, углубленного разучивания и совершенствования двигательных умений и навыков.

Этап начального обучения

На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом для развития координации движений, развивают умение следить за траекторией полёта мяча, вырабатывают быструю ответную реакцию на летящий мяч. Этап углубленного разучивания

На этом этапе дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом; их действия принимают направленный и осознанный характер. Этап углубленного разучивания упражнений характеризуется уточнением и совершенствованием техники выполнения.

Этап закрепления и совершенствования двигательных знаний и навыков. Это этап закрепления полученных знаний, умений и навыков владения мячом в спортивных играх и эстафетах. Этап совершенствования упражнений можно считать завершённым, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

3.2. Формы обучения.

Для обучения детей действиям с мячом организуются специальные занятия, которые имеют традиционную структуру и состоят из трёх частей:

- 1 Часть (вводная) включает в себя различные виды ходьбы и бега или комплекс ритмической гимнастики.
- 2 Часть (основная) состоит из комплекса ОРУ с разными видами мячей, упражнения для кистей рук с мелкими предметами, двух видов ОВД с мячами, подвижных игр и дыхательных упражнений.
- 3 Часть (заключительная) организовывается в виде релаксации или просмотра презентаций, видеороликов, мультфильмов.

3.3. План совместной деятельности

Возраст	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в год	День недели	Длительность условного часа	Время проведения	
5-6 лет старшая группа	2	64	понедельник	25 минут	15.45-16.10	
6-7 лет подготовительная группа	2	64	среда	30 минут	15.45-16.10	

3.4. Формы подведения итогов реализации программы

- итоговые занятия
- районные соревнования
- игры, эстафеты
- оформление фотостенда
- физкультурные досуги

3.5. Материально – техническое обеспечение программы

Для реализации программы «Школа мяча» в детском саду имеется спортивный зал, с нанесённой на полу разметкой. Оборудование соответствует требованиям программы.

3.5.1. Спортивный инвентарь:

- 1. Мячи:
- -резиновые (малые, средние, большие) (по 12 шт.)
- -малые пластмассовые (12 шт.)
- -надувные (12 шт.)
- -массажные резиновые (12 шт.)
- -баскетбольные (3 шт.)
- -волейбольные (2 шт.)
- -футбольные (2шт.)
- 2. Воздушные шарики (12 шт.)
- 3. Фитболы (12 шт.)
- 4. Цветные клубки (12 шт.)
- 5. Мелкие предметы для развития кисти руки:
- -мячики для пинг-понга
- -пластмассовые массажные мячики
- -попрыгунчики

- -шнурки
- -карандаши
- -брусочки
- -цилиндры
- 6. Баскетбольные корзины (2 шт.)
- 7. Напольные корзины (4 шт.)
- 8. Шнур для натягивания (2шт.)
- 9. Волейбольная сетка (1 шт.)
- 10. Футбольные ворота (2 шт.)
- 11. Обручи (10 шт.)
- 12. Кубики (20 шт.)
- 13. Кегли (20 шт.)
- 14. Гимнастические скамейки (2 шт.)
- 15. Мишени (2 шт.)
- 16. Коврики (15 шт.)
- 17. Свисток (2 шт.)

3.5.2. Технические средства обучения:

- -магнитофон
- -CD-диски (музыка для ходьбы, бега, ритмической гимнастики, релаксации)
- -флеш-карта (презентации, видеоролики, мультфильмы)
- -экран
- -проектор
- -ноутбук

3.5.3. Методическое обеспечение программы:

- 1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., 1983.
- 2. *Алексанрова Е.Ю.* Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. Волгоград, 2007.
- 3. *Буцинская* П.П., *Васюкова В.И.*, *Лескова* Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду. М., 1990.
- 4. *Вавилова Е.Н.* Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать. М., 1983.
- Гришин В.Г. Игры с мячом и ракеткой. М., 1982.
- 6. Конеева Е.В. Детские подвижные игры. РНД., 2006.
- 7. Николаева Н.И. Школа мяча. М., 2008.
- 8. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с дошкольниками. М., 1988.
- 9. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка. М., 2008
- 10. Филлипова С.О. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. СПб., 2005
- 11. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. М., 2011