

**ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ЛОДЕЙНОПОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»**

Россия 187700, Ленинградская область, г.Лодейное Поле, ул.Титова, д.45, корп.1
тел./факс: (81364) 2-21-11, e-mail: lod.dusch@mail.ru

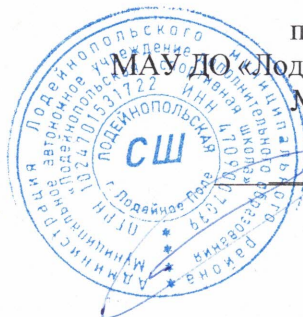
ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета
МАУ ДО «Лодейнопольская СШ»
Протокол №1 от 28.08.2026

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора
МАУ ДО «Лодейнопольская СШ»
№ 120 от 31.08.2026

К.А. Яковлев



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ФУТБОЛ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ»
(реализуемая в сетевой форме)**

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации программы: 34 недели

Количество часов в год: 68, режим 2 ч/н.

Разработчики:

Маймистова Алена Юрьевна, старший инструктор-методист

Гурьева Анна Сергеевна, тренер-преподаватель

г. Лодейное Поле

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	2
Формы и режим реализации программы	3
Цели и задачи программы	3
Планируемые результаты освоения образовательной программы	4
УЧЕБНЫЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	10
Учебный план	10
Содержание программы	11
ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ПРОГРАММЫ	12
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	15
Организационные условия	15
Кадровые условия	16
Материально-технические условия	16
Санитарно-гигиенические условия	17
Медицинские условия	17
Методические условия	17
Психолого-педагогические условия	18
Условия обеспечения безопасности	18
Учебно-методическое обеспечение	18
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	20
ПРИЛОЖЕНИЯ К ПРОГРАММЕ	21
Календарный учебный график на 2026/27 учебный год	22
Учебно-тематический план-график	24

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол для дошкольников» (далее – программа) направлена на решение задач оздоровления, физического развития, расширения двигательного фонда детей 5-7 лет средствами спортивной игры футбол. Она разработана на основе:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р),
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 №629),
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ (приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391),
- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утверждён приказом Министерства труда России от 22 сентября 2021г. № 652н),
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242),
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы в области физической культуры и спорта (ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания») (2021 год),
- Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (письмо Министерства просвещения РФ от 31.01.2022 №ДГ-245/06,
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 28);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 2);
- Устав и локальные акты МАУ ДО «Лодейнопольская СШ».

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Актуальность программы обусловлена необходимостью восполнить дефицит двигательной активности у современных детей 5–7 лет, а также растущим запросом общества на раннюю социализацию и укрепление здоровья подрастающего поколения. В старшем дошкольном возрасте закладывается фундамент физического развития, и командные игры с мячом являются наиболее эффективным и доступным средством комплексного совершенствования координации, ловкости, быстроты и выносливости. Обучение элементам футбола позволяет не только развивать крупную моторику и укреплять опорно-двигательный аппарат, но и решать важнейшие психолого-педагогические задачи: формировать у дошкольников навыки командного взаимодействия, дисциплинированность, волевые качества и культуру здорового образа жизни. Программа удовлетворяет актуальный социальный запрос родителей на качественное, доступное и безопасное физкультурно-спортивное образование детей.

Новизна программы. В отличие от традиционных тренировочных занятий, программа ориентирована не на раннюю специализацию и достижение спортивного результата, а на всестороннее развитие ребёнка, формирование интереса к двигательной активности и приобретение первого опыта командного взаимодействия. Программа предназначена для воспитанников дошкольных образовательных организаций района и может реализовываться на базе одной или нескольких организаций с использованием общих кадровых, материально-технических и методических ресурсов.

Адресат программы: данная программа разработана для детей 5-7 лет дошкольных образовательных учреждений Лодейнопольского района.

Формы и режим реализации программы

Срок реализации программы: один год в общем объеме 68 часов, 34 учебные недели.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 занятия в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования. Продолжительность одного занятия футболом для детей 5-6 лет – 30 мин.; 6-7 лет – 35 мин.

Форма обучения: очная.

Наполняемость учебных групп: 8 – 25 человек.

При проведении занятий в объединении педагогом могут использоваться следующие **формы организации деятельности обучающихся:**

- фронтальная: работа тренера-преподавателя со всеми участвующими одновременно (беседа, показ, обсуждение);
- групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в небольших группах, в том числе в парах, для выполнения определенных задач; задание формулируется таким образом, чтобы был виден вклад каждого обучающегося;
- коллективная: организация взаимодействия между всеми участниками совместно;
- индивидуальная: реализуется для работы с одаренными детьми для коррекции пробелов в знаниях и отработки особых навыков.

Цели и задачи программы

Цель программы: сохранение и укрепление здоровья детей старшего дошкольного возраста, содействие их психическому и личностному развитию посредством приобщения к регулярным занятиям физической культурой на основе элементов спортивной игры в футбол.

Задачи программы:

Обучающие (предметные)

- сформировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом;
- сформировать умений и навыков основных движений, расширить двигательного фонда детей средствами футбола, развить физические способности, общую и мелкую моторику;
- расширить представлений об игре «футбол» (истории футбола, элементах правил игры, инвентаре и т.п.);
- обучить техническим приемам игры в футбол (ведение мяча, удар по мячу ногой, остановка катящегося мяча, жонглирование мячом);
- ознакомить с игрой в футбол по упрощенным правилам;
- сформировать представление о безопасном поведении на занятиях физической

культурой.

Развивающие (метапредметные):

- развивать основные координационные способности, ловкость, быстроту реакции, динамическое равновесие и пространственную ориентацию.
- способствовать развитию общей выносливости, мышечной силы и гибкости с учетом возрастных особенностей старших дошкольников.
- развивать когнитивные процессы: внимание, тактическое мышление, скорость принятия решений в меняющихся игровых ситуациях.

Воспитательные (личностные):

- способствовать формированию адекватных ценностных установок по отношению к своему здоровью и здоровому образу жизни;
- воспитывать любовь к физической культуре и спорту, сформировать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, самостоятельной двигательной активности, интереса к участию в подвижных и спортивных играх с мячом;
- сформировать адекватные способы реагирования в различных коммуникативных ситуациях (подвижные игры с элементами футбола, выигрыш, проигрыш);
- способствовать формированию уважительного отношения к сверстникам и взрослым.

Оздоровительные:

- содействовать охране и укреплению здоровья, повышению физической работоспособности детей;
- содействовать гармоничному физическому развитию, формированию осанки, свода стопы, совершенствованию жизненно важных систем организма (опорно-двигательной, сердечно-сосудистой, дыхательной, выделительной и др.)

Планируемые результаты освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы «Футбол для дошкольников» определяются с учётом возраста детей, содержания программы, её физкультурно-спортивной направленности и игровой формы организации занятий.

Результаты не предполагают обязательного достижения детьми спортивных нормативов. Основное внимание уделяется положительной динамике физического развития, освоению доступных футбольных действий, формированию интереса к двигательной активности и приобретению опыта взаимодействия со сверстниками.

Личностные результаты:

В результате освоения программы у обучающихся формируются:

- интерес к занятиям физической культурой и футболом;
- положительное отношение к двигательной активности
- потребность в участии в подвижных играх;
- уверенность в собственных двигательных возможностях;
- самостоятельность при выполнении знакомых упражнений;
- настойчивость и стремление доводить начатое действие до конца;
- умение радоваться собственным достижениям и достижениям товарищей;
- способность спокойно воспринимать ошибки и неудачи;
- доброжелательное отношение к сверстникам;
- уважение к педагогу, партнёрам и соперникам;
- ответственное отношение к выполнению правил игры;

- бережное отношение к спортивному оборудованию;
- понимание значения физической активности для сохранения здоровья.

Метапредметные результаты

К концу обучения ребёнок может приобрести следующие умения:

- понимать и выполнять простые инструкции педагога;
- действовать по зрительному, звуковому и словесному сигналу;
- сохранять внимание во время выполнения упражнения;
- ориентироваться в пространстве спортивной площадки;
- соблюдать заданное направление движения;
- самостоятельно выбирать способ выполнения знакомого игрового задания;
- переключаться с одного вида деятельности на другой;
- контролировать силу и направление собственных движений;
- взаимодействовать с партнёрами в паре и команде;
- соблюдать очередность и установленные правила;
- договариваться со сверстниками в доступных игровых ситуациях;
- оценивать собственное участие в игре с помощью педагога;
- использовать полученные двигательные навыки в новых игровых ситуациях

Предметные результаты

В результате освоения программы обучающийся:

Знает:

- основные правила безопасного поведения на занятиях;
- назначение футбольного мяча, ворот, фишек и другого оборудования;
- основные части футбольной площадки;
- простейшие правила игры в мини-футбол;
- значение разминки и восстановления после физической нагрузки;
- основные действия с футбольным мячом;
- правила передачи мяча партнёру;
- необходимость уважительного отношения к участникам игры.

Умеет:

- правильно располагаться на спортивной площадке;
- выполнять ходьбу, бег, прыжки и остановки по сигналу;
- менять направление и скорость движения;
- сохранять равновесие при выполнении двигательных упражнений;
- переносить, перекатывать и прокатывать мяч;
- останавливать катящийся мяч подошвой или внутренней стороной стопы;
- вести мяч по прямой;
- вести мяч между ориентирами;
- изменять направление движения с мячом;
- выполнять короткую передачу мяча партнёру;
- принимать и останавливать мяч;
- выполнять удар по неподвижному мячу;
- направлять мяч в ворота или обозначенную цель;
- участвовать в эстафетах и подвижных играх с мячом;
- выполнять простые игровые действия в составе команды;
- соблюдать правила безопасного поведения во время игры.

Владеет начальными навыками:

- ведения мяча;
- остановки мяча;
- передачи мяча;
- удара по мячу;
- взаимодействия с партнёром;
- перемещения по площадке;
- выполнения игровых действий в мини-футболе;
- участия в командных спортивных мероприятиях.

Результаты по уровням освоения программы:

Уровень освоения	Характеристика результатов
Начальный	Ребёнок проявляет интерес к занятиям, выполняет отдельные упражнения по показу педагога, соблюдает основные правила безопасности с помощью взрослого, знакомится с мячом и простейшими игровыми действиями.
Базовый	Ребёнок выполняет основные упражнения самостоятельно или с небольшой помощью педагога, ведёт мяч по прямой и между ориентирами, останавливает и передаёт мяч, участвует в командных играх, соблюдает правила безопасности и взаимодействия.
Достаточный	Ребёнок уверенно выполняет знакомые двигательные действия, сочетает ведение, остановку, передачу и удар по мячу, ориентируется на площадке, действует в команде, проявляет самостоятельность, инициативу и устойчивый интерес к занятиям.

Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников. Специфика дошкольного возраста (гибкость, пластичность, высокий разброс вариантов развития, его непосредственность и преобладание произвольности поведения) не позволяет требовать от ребенка достижения конкретных результатов в области физической культуры, в частности, в области футбола. Поэтому в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (ФГОС ДО) в программе применяется термин «целевые ориентиры».

Целевые ориентиры Программы – это ожидаемые социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка, которые выступают в качестве ориентиров для педагогов и родителей в обучении и воспитании детей дошкольного возраста. Они задают вектор физкультурно-оздоровительной, шире воспитательной деятельности с детьми посредством расширения средств физической культуры разнообразными действиями с мячом и элементами спортивной игры «футбол». В соответствии с требованиями ФГОС ДО к освоению образовательной области «Физическое развитие», а также возможностями его обогащения элементами спортивной игры в футбол, на этапе завершения ребенком дошкольного образования целевыми ориентирами педагогической деятельности по программе являются:

- приобщение к здоровому образу жизни и активному отдыху, формирование представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления, правилах безопасного поведения в разных видах двигательной активности, воспитание бережного отношения к здоровью – своему и окружающих;
- расширение двигательного опыта в различных видах физических упражнений и игр с мячом, развитие кондиционных и координационных способностей, а также крупных групп мышц и мелкой моторики;

- формирование опорно-двигательного аппарата, развитие функции статического и динамического равновесия, глазомера, ориентировки в пространстве, двигательной реакции на движущийся объект, способности моделирования ближайшего будущего, антиципации;
- совершенствование основных движений (метание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), включение их в более сложные двигательные действия с мячом и без мяча;
- овладение общеразвивающими упражнениями, подвижными играми с мячом и без мяча,
- формирование нравственных и волевых качеств личности, социализация эмоциональной сферы, формирование научной картины мира;
- формирование интереса к занятиям футболом и чувства гордости за выдающиеся достижения российских спортсменов.

При реализации Программы предусмотрен педагогический мониторинг физического развития, сформированности основных движений, развития физических способностей и овладения действиями с мячом.

Согласно ФГОС ДО мониторинг производится педагогическими работниками в виде оценки индивидуального развития детей, отражающей эффективности педагогических действий для последующего планирования физкультурно-оздоровительной работы. Результаты мониторинга используются для решения задач индивидуализации освоения требований Программы за счет построения траектории дополнительного образования и, при необходимости, профессиональной коррекции его физического и двигательного, психического развития и оздоровления ребенка, а также для улучшения форм физкультурно-оздоровительной работы.

Для качественного осуществления педагогического мониторинга целевые ориентиры конкретизируются примерными показателями физического развития, физической подготовленности, качественными показателями владения двигательными действиями с мячом детей старшего дошкольного возраста. Они позволяют выявить актуальное развитие ребенка, спрогнозировать зону его ближайшего развития, смоделировать оптимальный режим двигательной активности, подобрать адекватные педагогические средства содействия оздоровлению, своевременному физическому развитию, формированию основных движений, действий с мячом, физических способностей, для которых дошкольный возраст является благоприятным периодом и имеет непреходящее значение в формировании личности. Полученные данные подлежат оценке с последующим планированием физкультурно-оздоровительной работы с каждым воспитанником дошкольной образовательной организации с применением элементов спортивной игры «футбол» (таблицы 1-5).

Таблица 1

Примерные показатели физического развития детей дошкольного возраста¹

Показатели физического развития	Пол	Уровень физического развития		
		ниже среднего	средний	выше среднего
5 лет				
Длина тела, см	мальчики	101 и ниже	102-112	113 и выше
	девочки	102 и ниже	103-112	113 и выше
Масса тела, кг	мальчики	16,6 и ниже	16,7-21,3	21,4 и выше
	девочки	16,1 и ниже	16,2-20,8	20,9 и выше
Окружность	мальчики	52 и ниже	53-57	58 и выше

¹ Таблица 1 приводится по: Родин, Ю.И. Научные основы здоровьесбережения детей дошкольного возраста / Ю.И. Родин. – М.: МПГУ, 2019. – 300 с.

грудной клетки, см	девочки		53-56	57 и выше
Сила кисти правой руки, кг	мальчики	5,1 и ниже	5,2-8,3	8,4 и выше
	девочки	4,2 и ниже	4,3-5,8	5,9 и выше
Сила кисти левой руки, кг	мальчики	4,7 и ниже	4,8-7,6	7,7 и выше
	девочки	3,7 и ниже	3,8-6,7	6,8 и выше
Жизненная емкость легких, мл	мальчики	700 и ниже	750-1000	1050 и выше
	девочки		750-900	950 и выше
6 лет				
Длина тела, см	мальчики	113 и ниже	114-119	120 и выше
	девочки	114 и ниже	115-120	121 и выше
Масса тела, кг	мальчики	18,9 и ниже	19,0-23,5	23,6 и выше
	девочки	19,4 и ниже	19,5-24,0	24,1 и выше
Окружность грудной клетки, см	мальчики	57 и ниже	58-61	62 и выше
	девочки	55 и ниже	56-61	
Сила кисти правой руки, кг	мальчики	6,7 и ниже	6,8-10,5	10,6 и выше
	девочки	5,4 и ниже	5,5-9,0	9,1 и выше
Сила кисти левой руки, кг	мальчики	5,8 и ниже	5,9-9,4	9,5 и выше
	девочки	4,8 и ниже	4,9-8,7	8,8 и выше
Жизненная емкость легких, мл	мальчики	950 и ниже	1000-1300	1350 и выше
	девочки	950 и ниже	1000-1300	
7 лет				
Длина тела, см	мальчики	117 и ниже	118-126	127 и выше
	девочки	117 и ниже	118-125	126 и выше
Масса тела, кг	мальчики	20,3 и ниже	20,4-24,7	24,8 и выше
	девочки	21,1 и ниже	21,2-25,8	25,9 и выше
Окружность грудной клетки, см	мальчики	57,5 и ниже	58,0-62,0	62,5 и выше
	девочки	57,5 и ниже	58,0-63,0	63,5 и выше
Сила кисти правой руки, кг	мальчики	8,3 и ниже	8,4-12,0	12,1 и выше
	девочки	6,7 и ниже	6,8-10,7	10,8 и выше
Сила кисти левой руки, кг	мальчики	6,9 и ниже	7,0-11,9	12,0 и выше
	девочки	6,6 и ниже	6,7-10,0	10,1 и выше
Жизненная емкость легких, мл	мальчики	1050 и ниже	1100-1650	1700 и выше
	девочки	950 и ниже	1000-1600	1650 и выше

Таблица 2

Примерные показатели функциональных возможностей детей 5-7 лет²
(средние величины систолического давления)

Возраст	Выраженное понижение (мм рт. ст.)	Умеренное понижение (мм рт. ст.)	Нормальная величина (мм рт. ст.)	Умеренное повышение (мм рт. ст.)	Выраженное повышение (мм рт. ст.)
5 лет	85 и ниже	86-94	95-113	114-123	124 и выше
6 лет	85 и ниже	86-94	95-114	115-124	125 и выше
7 лет	79 и ниже	80-90	91-114	115-126	127 и выше

Таблица 3

Примерные показатели функциональных возможностей детей 5-7 лет
(средние величины диастолического давления)

² Таблицы 2, 3 приводятся по Сердюковой Г.М. и др. Организация медицинского контроля за развитием, здоровьем дошкольников и школьников на основе спринт-тестов и их оздоровление в условиях детского сада и школы. – М., 1993.

Возраст	Выраженное понижение (мм рт. ст.)	Умеренное понижение (мм рт. ст.)	Нормальная величина (мм рт. ст.)	Умеренное повышение (мм рт. ст.)	Выраженное повышение (мм рт. ст.)
5 лет	41 и ниже	42-47	48-66	67-76	77 и выше
6 лет	41 и ниже	42-50	51-70	71-80	81 и выше
7 лет	42 и ниже	43-52	53-71	72-82	83 и выше

Таблица 4

**Примерные количественные показатели физической подготовленности
детей 5-7 лет³**

Показатели двигательного развития	Пол	Уровень двигательного развития		
		ниже среднего	средний	выше среднего
5 лет				
Бег 10 м с ходу, с	мальчики	3,4 и ниже	3,3-2,4	2,3 и выше
	девочки	3,7 и ниже	3,6-2,6	2,5 и выше
Челночный бег 3х5 м, с	мальчики	8,2 и ниже	8,1-6,7	6,6 и выше
	девочки	8,5 и ниже	8,4-6,9	6,8 и выше
Прыжок в длину с места, см	мальчики	68 и ниже	69-102	103 и выше
	девочки	64 и ниже	65-90	91 и выше
6 лет				
Бег 10 м, с	мальчики	2,8 и ниже	2,7-2,2	2,1 и выше
	девочки	2,9 и ниже	2,8-2,3	2,2 и выше
Прыжок в длину с места, см	мальчики	84 и ниже	85-110	111 и выше
	девочки	69 и ниже	70-105	106 и выше
Челночный бег 3х5 м, с	мальчики	7,7 и ниже	7,6-6,5	6,4 и выше
	девочки	8,7 и ниже	8,6-6,9	6,8 и выше
7 лет				
Бег 10 м с ходу, с	мальчики	2,5 и ниже	2,4-1,9	1,8 и выше
	девочки	2,7 и ниже	2,6-2,0	1,9 и выше
Прыжок в длину с места, см	мальчики	92 и ниже	93-134	135 и выше
	девочки	86 и ниже	87-121	122 и выше
Челночный бег 3х5 м, с	мальчики	7,1 и ниже	7,0-5,7	5,6 и выше
	девочки	7,3 и ниже	7,2-6,2	6,1 и выше

В старшем дошкольном возрасте происходят выраженные качественные изменения в формировании основных движений детей. Поэтому при оценке физической подготовленности детей 5-7 лет важным является описание примерных качественных показателей в ходьбе, беге, прыжках. Их своевременное формирование является условием гармоничного физического развития и способность ребенка сознательно управлять своими движениями, самостоятельно наблюдать и анализировать различные ситуации, выбирая наиболее эффективный способ реализации двигательного поведения применительно к постоянно меняющимся условиям взаимодействия с окружающей средой и другими людьми, понимать особенности каждого вида основных движений, преимущество их использования при решении разнообразных двигательных задач, рационального их использования, коррекции на основе проприорецептивных ощущений, творческому их использованию в подвижных и спортивных играх и повседневной жизни. Примерные качественные характеристики основных движений представлены в таблице 5.

Таблица 5

³ Таблица 4 приводится по: Родин Ю.И. Научные основы здоровьесбережения детей дошкольного возраста / Ю.И. Родин. – М.: МПГУ, 2019. – 350 с.

Примерные качественные показатели формирования основных движений

Контрольное упражнение	Качественные показатели
Ходьба	– голова прямо, плечи развернуты, живот подтянут; – согласованные разноименные движения рук и ног; – наблюдается перекал с пятки на носок; – соблюдается направление движения.
Бег	– туловище наклонено чуть вперед, голова прямо; – согласованные энергичные движения рук и ног во фронтальной плоскости; – энергичное отталкивание ногой от опоры с последующим махом бедра вверх-вперед; – наличие хорошо выраженного периода полета; – прямолинейность и ритмичность бега.
Прыжок в длину с места	– исходное положение: ноги врозь на ширине ступни, стопы параллельно; – подготовительные движения: полуприседание с наклоном туловища вперед, руки слегка отведены назад; – отталкивание выполняет двумя ногами одновременно; в момент отрыва от опоры ноги прямые; движение сопровождается – энергичным махом рук вперед -вверх; – во время полета туловище согнуто, голова вперед, ноги слегка согнуты, руки вперед-вверх; – приземление мягкое одновременно на обе ноги, полусогнутые в коленях с последующим перекалом с пятки на носок; при приземлении сохраняет равновесие.

Примечание к таблицам 1-5. Оценка показателей физического развития, общей физической подготовленности проводится для анализа состояния здоровья, физического развития, определения зон актуального и ближайшего развития ребенка. Она необходима для планирования занятий физическими упражнениями и подбора адекватных для детей 5-7 лет средств, методов и форм физкультурно-оздоровительной работы.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№	Раздел, тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение
2.	Общая физическая подготовка	9	1	8	Педагогическое наблюдение
3.	Знакомство с мячом	8	1	7	Игровые упражнения
4.	Ведение мяча	12	1	11	Практическое задание
5.	Остановка и передача мяча	12	1	11	Игровое задание
6.	Удар по мячу и действия у ворот	10	1	9	Выполнение упражнений
7.	Взаимодействие игроков	6	1	5	Командные упражнения

8.	Подвижные игры и мини-футбол	7	1	6	Игровая деятельность
9.	Итоговое мероприятие	2	0	2	Футбольный праздник, итоговая диагностика
	Итого часов:	68	7,5	60,5	

Содержание программы

1. Введение в футбол. Правила безопасности – 2 часа.

Теоретическая часть: знакомство с футболом; назначение футбольного мяча, ворот и разметки; правила поведения в спортивном зале и на площадке; безопасное расстояние между детьми; правила обращения с мячом и спортивным инвентарём.

Практическая часть: построение и перестроение; движение по сигналу педагога; остановка по сигналу; знакомство с площадкой, воротами и границами игрового пространства.

2. Общая физическая подготовка – 9 часов.

Теоретическая часть: значение физических упражнений для здоровья; правильное выполнение основных движений; необходимость разминки и восстановления после нагрузки.

Практическая часть: ходьба и бег с изменением направления; бег с остановками и ускорениями; прыжки на двух ногах и с продвижением вперёд; упражнения на равновесие; ползание и преодоление препятствий; эстафеты; упражнения на быстроту, ловкость и координацию; подвижные игры с элементами футбола.

3. Знакомство с мячом – 8 часов.

Теоретическая часть: свойства мяча; способы взаимодействия с мячом; правила безопасного обращения с мячом.

Практическая часть: перенос и переключивание мяча; катание мяча руками и ногами; остановка мяча подошвой; прокатывание мяча между предметами; ведение мяча на ограниченном расстоянии; упражнения «Мяч рядом», «Не отпусти мяч», «Передай мяч по кругу»; индивидуальные и парные задания.

4. Ведение мяча – 12 часов.

Теоретическая часть: понятие ведения мяча; положение тела и направление взгляда; способы ведения мяча внутренней и внешней стороной стопы; соблюдение дистанции во время движения.

Практическая часть: ведение мяча по прямой; ведение мяча между ориентирами; ведение с изменением направления; ведение с остановкой по сигналу; ведение правой и левой ногой; обводка предметов; ведение мяча с изменением скорости; эстафеты с ведением мяча; игровые упражнения «Змейка», «Проведи мяч», «Собери ворота».

5. Остановка и передача мяча – 12 часов.

Теоретическая часть: значение передачи мяча в командной игре; способы остановки мяча; правила передачи мяча партнёру; выбор направления и силы передачи.

Практическая часть: остановка катящегося мяча подошвой; остановка мяча внутренней стороной стопы; передача мяча на короткое расстояние; передачи в парах; передачи в кругу; передача мяча через ворота; передача после ведения; упражнения на точность; игровые задания «Передай другу», «Попади в ворота», «Мяч по дорожке».

6. Удар по мячу и действия у ворот – 10 часов.

Теоретическая часть: назначение удара по мячу; положение опорной ноги; правила безопасного выполнения удара; значение точности и направления удара.

Практическая часть: удар по неподвижному мячу; удар внутренней стороной стопы; удар по воротам с небольшого расстояния; удар после остановки мяча; удар после ведения; попадание в обозначенную цель; удары по воротам с разных направлений; упражнения на точность и силу удара; игровые задания с вратарём или обозначенной зоной ворот.

7. Взаимодействие игроков – 6 часов.

Теоретическая часть: понятие команды; правила взаимодействия с партнёрами; уважительное отношение к участникам игры; значение соблюдения правил.

Практическая часть: движение в парах; передача мяча партнёру с перемещением; выполнение заданий по сигналу; взаимодействие «пас — движение»; упражнения на открывание; командные эстафеты; игры с передачей мяча; задания на взаимопомощь и согласованность действий.

8. Подвижные игры и мини-футбол – 7 часов.

Теоретическая часть: упрощённые правила мини-футбола; начало и окончание игры; правила поведения во время соревнования; понятия «команда», «ворота», «пас», «гол».

Практическая часть: игры с небольшим количеством участников; мини-футбол на уменьшенной площадке; игры 2х2 и 3х3; игровые ситуации «Атака и защита»; эстафеты с мячом; игры на ведение, передачу и удар; выполнение игровых заданий без жёсткого соревновательного акцента.

9. Итоговые мероприятия – 2 часа.

Практическая часть: повторение основных двигательных действий; итоговая диагностика; футбольный праздник; игровые эстафеты; награждение участников.

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ПРОГРАММЫ

Воспитательная работа в рамках дополнительной общеразвивающей программы «Футбол для дошкольников» направлена на формирование у детей положительного отношения к физической активности, здоровому образу жизни, взаимодействию со сверстниками и соблюдению правил безопасного поведения.

Воспитание осуществляется в процессе учебно-тренировочных занятий, подвижных игр, эстафет, командных упражнений, мини-футбольных игр, спортивных праздников и взаимодействия с родителями. Содержание воспитательной работы учитывает возрастные особенности детей дошкольного возраста и строится на принципах доступности, эмоциональной привлекательности, поддержки инициативы ребёнка и положительного подкрепления.

Цель воспитательной работы: создание условий для физического, нравственного, социально-коммуникативного и эмоционального развития детей дошкольного возраста средствами футбола и игровой двигательной деятельности.

Задачи воспитательной работы:

- формировать интерес к физической культуре и занятиям футболом;
- воспитывать потребность в двигательной активности и здоровом образе жизни;
- развивать самостоятельность, инициативность и уверенность в своих силах;
- формировать умение действовать в команде и взаимодействовать со сверстниками;
- воспитывать уважительное отношение к партнёрам, соперникам и педагогу;
- формировать навыки соблюдения правил игры и безопасного поведения;

- развивать выдержку, внимание, организованность и умение доводить начатое дело до конца;
- учить адекватно воспринимать успехи и неудачи;
- воспитывать доброжелательность, взаимопомощь и ответственность за общий результат;
- формировать начальные представления о спортивной этике и честной игре.

Основные направления воспитательной работы:

Содержание воспитательной работы	Формы и методы реализации	Планируемый воспитательный результат
Физкультурно-оздоровительное		
Формирование интереса к двигательной активности, футболу и здоровому образу жизни. Ознакомление с правилами разминки, восстановления и личной гигиены.	Физические упражнения, разминка, подвижные игры, эстафеты, беседы о здоровье, упражнения на развитие физических качеств.	Ребёнок проявляет интерес к занятиям, понимает значение движения для здоровья, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни
Нравственное воспитание		
Формирование доброжелательности, уважения к педагогу и сверстникам, готовности помогать другим, соблюдения правил честной игры.	Беседы, игровые ситуации, командные упражнения, поощрение взаимопомощи, обсуждение результатов игры.	Ребёнок уважительно относится к участникам занятий, помогает товарищам, соблюдает правила, не проявляет грубость и агрессию
Социально-коммуникативное воспитание		
Развитие навыков взаимодействия, сотрудничества, общения и согласованных действий в команде.	Парные и групповые упражнения, командные игры, эстафеты, задания на передачу мяча и взаимодействие с партнёром.	Ребёнок умеет действовать совместно, слушать инструкции, договариваться, ждать своей очереди и учитывать действия других детей.
Воспитание волевых качеств		
Развитие настойчивости, выдержки, внимания, самостоятельности, организованности и стремления доводить начатое дело до конца.	Упражнения с постепенным усложнением, игровые задания, повторение движений, индивидуальная поддержка, ситуации успеха.	Ребёнок старается выполнять задания, не боится ошибок, проявляет настойчивость и постепенно повышает самостоятельность.
Эмоциональное воспитание		
Формирование умения управлять эмоциями, спокойно воспринимать успехи и неудачи, поддерживать товарищей.	Игровые упражнения, обсуждение эмоциональных ситуаций, положительная оценка, дыхательные упражнения, спокойное завершение занятия.	Ребёнок умеет выражать эмоции приемлемым способом, спокойно реагирует на проигрыш, радуется успехам других.
Воспитание культуры безопасного поведения		
Формирование навыков	Инструктажи,	Ребёнок соблюдает

безопасного поведения на спортивной площадке, в зале и при использовании спортивного инвентаря.	показ правильных действий, практическое закрепление правил, остановка игры по сигналу педагога.	дистанцию, выполняет задания по сигналу, правильно использует инвентарь, избегает опасных действий.
Воспитание спортивной культуры		
Формирование представлений о правилах поведения во время спортивных игр и соревнований, уважении к соперникам и партнёрам.	Мини-футбольные игры, спортивные праздники, эстафеты, приветствие и благодарность участников, обсуждение понятия «честная игра».	Ребёнок соблюдает правила игры, уважительно относится к соперникам, принимает результат и бережно относится к инвентарю.
Патриотическое и командное воспитание		
Формирование чувства принадлежности к своей команде, образовательной организации и району, воспитание ответственности за общий результат.	Командные игры, спортивные праздники, районные мероприятия, символика команд, совместное выполнение заданий.	Ребёнок ощущает себя частью команды, проявляет ответственность, поддерживает товарищей и участвует в общих мероприятиях.
Воспитание самостоятельности		
Развитие способности самостоятельно выполнять знакомые упражнения, готовить место для занятий и соблюдать установленный порядок.	Небольшие поручения, самостоятельное выполнение игровых заданий, выбор уровня сложности, дежурство при подготовке инвентаря.	Ребёнок проявляет инициативу, выполняет знакомые действия без постоянной помощи взрослого, соблюдает порядок.
Воспитание бережного отношения к имуществу и окружающей среде		
Формирование аккуратного отношения к мячам, воротам, фишкам и другому спортивному оборудованию, поддержание порядка на площадке.	Совместная подготовка и уборка инвентаря, объяснение правил пользования оборудованием, поручения.	Ребёнок аккуратно обращается со спортивным инвентарём, соблюдает порядок и понимает необходимость бережного отношения к общему имуществу.

Воспитательная работа в условиях сетевой формы реализации.

Сетевая форма реализации программы расширяет воспитательные возможности занятий. Воспитанники разных дошкольных образовательных организаций получают возможность участвовать в совместных спортивных мероприятиях, игровых встречах и футбольных праздниках.

В рамках сетевого взаимодействия предусматриваются:

- проведение общих спортивных праздников;
- организация дружеских мини-матчей и эстафет;
- участие детей в совместных игровых мероприятиях;
- обмен опытом между педагогами;
- использование общих методических материалов;
- формирование единых требований к безопасному и культурному поведению;
- привлечение родителей к спортивным мероприятиям;
- создание условий для общения детей из разных дошкольных организаций района.

Сетевые мероприятия проводятся преимущественно в форме спортивных праздников и игровых встреч. При этом не допускается чрезмерная ориентация на соревновательный результат. Основными критериями успешности являются активность ребёнка, соблюдение правил, доброжелательное взаимодействие и личный прогресс.

Планируемые результаты воспитательной работы.

К концу освоения программы ребёнок:

- проявляет интерес к занятиям физической культурой и футболом;
- стремится участвовать в подвижных играх;
- соблюдает основные правила безопасного поведения;
- выполняет инструкции педагога;
- умеет взаимодействовать с партнёрами;
- проявляет доброжелательность и уважение к другим участникам;
- способен действовать в составе команды;
- соблюдает простейшие правила игры;
- умеет ждать своей очереди;
- бережно относится к спортивному инвентарю;
- старается доводить начатое упражнение до конца;
- спокойно реагирует на ошибки и неудачи;
- умеет радоваться собственным успехам и успехам товарищей;
- проявляет самостоятельность и инициативу в игровых ситуациях.

Методы оценки воспитательных результатов.

Оценка воспитательных результатов осуществляется без выставления отметок и без сравнения детей между собой.

Используются:

- систематическое педагогическое наблюдение;
- анализ поведения ребёнка в парных и командных заданиях;
- наблюдение за соблюдением правил безопасности;
- оценка самостоятельности при выполнении поручений;
- беседы с детьми;
- анализ участия в спортивных праздниках;
- взаимодействие с родителями;
- фиксация индивидуальной динамики развития ребёнка.

Основными показателями являются не спортивные достижения, а положительная динамика в поведении, общении, самостоятельности, соблюдении правил и отношении к физической активности.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Организационные условия

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол для дошкольников» реализуется для детей старшего дошкольного возраста, как правило, от 5 до 7 лет, в соответствии с возрастными, индивидуальными и физическими возможностями воспитанников.

Программа реализуется с дошкольными образовательными организациями района в сетевой форме на основании договора или соглашения о сетевом взаимодействии между организациями-участниками.

Сетевая форма реализации предусматривает:

- взаимодействие с дошкольными образовательными организациями района;

- использование кадровых, материально-технических и методических ресурсов организаций-партнёров;
- проведение занятий на базе спортивных залов МАУ ДО «Лодейнопольская СШ», дошкольных образовательных организаций.
- организацию совместных спортивных праздников, эстафет и игровых мероприятий;
- обмен педагогическим опытом и методическими материалами;
- согласование расписания, содержания занятий и требований безопасности;
- ведение единой документации по реализации программы и учёту посещаемости.

Занятия проводятся в групповой форме. В отдельных случаях могут использоваться подгрупповая и индивидуальная формы работы.

Кадровые условия

Реализацию программы осуществляет педагог, имеющий соответствующее образование, профессиональную подготовку или опыт работы в области физической культуры, дополнительного образования или дошкольного образования.

Педагог должен:

- знать возрастные особенности детей дошкольного возраста;
- владеть методикой проведения физкультурно-спортивных занятий;
- знать основы начального обучения футболным навыкам;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования;
- обеспечивать безопасность детей во время занятий;
- уметь организовывать игровую и командную деятельность;
- учитывать индивидуальные особенности воспитанников;
- владеть способами оказания первой помощи;
- поддерживать доброжелательную и эмоционально безопасную атмосферу.

При сетевой реализации к проведению отдельных занятий и мероприятий могут привлекаться инструкторы по физической культуре, педагоги дополнительного образования, тренеры-преподаватели и другие специалисты, соответствующие требованиям организации образовательной деятельности.

Материально-технические условия

Для реализации программы необходимы:

- спортивный зал или оборудованная открытая спортивная площадка;
- ровная нескользкая поверхность;
- детские футбольные ворота или переносные ворота;
- мячи подходящего размера и веса;
- фишки, конусы и разметочные маркеры;
- гимнастические обручи;
- координационные лестницы;
- стойки и ориентиры;
- мягкие модули и невысокие препятствия;
- манишки или накидки разных цветов;
- свисток;
- секундомер;
- аптечка первой помощи;
- средства для уборки и обработки оборудования.

Спортивное оборудование должно соответствовать возрасту детей, быть исправным, устойчивым, безопасным и не иметь острых или травмоопасных элементов.

Санитарно-гигиенические условия

Занятия проводятся в помещениях, соответствующих санитарным требованиям к дошкольным образовательным организациям и организациям дополнительного образования детей.

Необходимо обеспечить:

- регулярное проветривание помещения;
- поддержание оптимального температурного режима;
- достаточное освещение;
- чистоту спортивного зала и оборудования;
- наличие свободного пространства для безопасного перемещения детей;
- соответствующую спортивную одежду и обувь;
- чередование периодов нагрузки и отдыха;
- проведение разминки в начале и упражнений на восстановление в конце занятия.

Продолжительность и интенсивность нагрузки должны соответствовать возрасту и состоянию здоровья детей. При появлении признаков утомления, плохого самочувствия или эмоционального перенапряжения педагог снижает нагрузку или прекращает участие ребёнка в упражнении.

Медицинские условия

К занятиям допускаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний к физкультурно-спортивной деятельности.

Перед началом занятий педагог уточняет информацию о состоянии здоровья воспитанников, ограничениях и рекомендациях медицинских работников. При необходимости содержание и интенсивность упражнений корректируются.

Медицинские условия включают:

- наличие медицинского допуска;
- учёт состояния здоровья детей;
- соблюдение рекомендаций медицинских работников;
- контроль самочувствия воспитанников;
- недопустимость чрезмерных нагрузок;
- наличие аптечки первой помощи;
- готовность педагога оказать первую помощь;
- информирование администрации и родителей при возникновении нештатной ситуации.

Методические условия

Реализация программы строится на следующих принципах:

- доступность упражнений;
- постепенность увеличения нагрузки;
- систематичность занятий;
- наглядность обучения;
- обучение через игру;
- индивидуальный подход;
- эмоциональная поддержка ребёнка;
- чередование различных видов деятельности;
- приоритет безопасности;
- отсутствие ранней спортивной специализации;
- ориентация на личный прогресс ребёнка.

Каждое занятие включает:

- организационную часть;
- разминку;
- общеразвивающие упражнения;
- освоение или закрепление футбольных действий;
- подвижную игру или игровое задание;
- спокойное завершение занятия;
- краткое подведение итогов.

При обучении используются показ, объяснение, выполнение упражнения вместе с педагогом, повторение, игровые ситуации, эстафеты и поощрение.

Психолого-педагогические условия

Педагог создаёт атмосферу эмоционального благополучия, доверия и поддержки. В процессе занятий необходимо:

- учитывать индивидуальный темп развития каждого ребёнка;
- не допускать сравнения детей по принципу «лучше — хуже»;
- поддерживать инициативу и самостоятельность;
- использовать положительную оценку усилий ребёнка;
- предупреждать конфликты;
- формировать навыки сотрудничества;
- давать понятные и короткие инструкции;
- чередовать активные и спокойные задания;
- учитывать эмоциональное состояние детей;
- создавать ситуации успеха.

Основным критерием успешности является не спортивный результат, а участие ребёнка, его личный прогресс, интерес к занятиям и готовность взаимодействовать с другими детьми.

Условия обеспечения безопасности

Перед началом реализации программы педагог знакомит детей с правилами безопасного поведения и регулярно повторяет их в течение учебного года. На занятиях необходимо:

- проверять исправность оборудования;
- контролировать состояние площадки;
- соблюдать безопасную дистанцию между детьми;
- не допускать толчков, подножек и грубого контакта;
- использовать только подходящие по размеру и весу мячи;
- размещать детей с учётом направления движения;
- выполнять удары по воротам только по команде педагога;
- не разрешать детям находиться перед игроком, выполняющим удар;
- прекращать игру по сигналу;
- контролировать самочувствие воспитанников;
- не оставлять детей без присмотра.

Особое внимание уделяется безопасной организации упражнений с ведением мяча, ударами по воротам, эстафетами и мини-футбольными играми.

Учебно-методическое обеспечение

Для реализации программы используются:

- дополнительная общеразвивающая программа;
- календарно-тематическое планирование;
- конспекты занятий;

- картотека подвижных игр;
- картотека упражнений с футбольным мячом;
- инструкции по технике безопасности;
- диагностические материалы;
- сценарии спортивных праздников;
- журналы посещаемости и учёта реализации программы.

Литература для педагога:

1. Ашмарин Б. А. Теория и методика физического воспитания. – Москва: Просвещение.
2. Бернштейн Н. А. О ловкости и её развитии. – Москва: Физкультура и спорт.
3. Волошина Л. Н. Игры с элементами спорта для детей старшего дошкольного возраста. – Москва: ГНОМ и Д.
4. Глазырина Л. Д. Физическая культура – дошкольникам. – Москва: Владос.
5. Кожухова Н. Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях. – Москва: Просвещение.
6. Осокина Т. И. Физическая культура в детском саду. – Москва: Просвещение.
7. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка. – Москва: Академия.
8. Степаненкова Э. Я. Сборник подвижных игр для детей дошкольного возраста. – Москва: Мозаика-Синтез.
9. Филиппова С. О. Теория и методика физической культуры детей дошкольного возраста. – Санкт-Петербург: Детство-Пресс.
10. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 года № 1028
11. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года № 1155

Интернет-ресурсы для педагога:

1. Официальный сайт Министерства просвещения Российской Федерации: <https://edu.gov.ru/>
2. Официальный интернет-портал правовой информации: <http://pravo.gov.ru/>
3. Федеральный портал «Российское образование»: <https://edu.ru/>
4. Министерство спорта Российской Федерации: <http://www.minsport.gov.ru>.
5. Электронная библиотека Национальной электронной библиотеки: <https://rusneb.ru/>

Литература для родителей и детей:

1. Барто А. Л. Зарядка // Стихи для детей. – Москва: Детская литература.
2. Барто А. Л. Мы с Тamarой // Стихи для детей. – Москва: Детская литература.
3. Венингер Б. Пауль становится звездой футбола: четыре захватывающие истории в одной книге: [для детей до 3-х лет] / Б.Венингер; иллюстрации Ева Тарле; пересказ: А. Данковцева. – М.: Изд-во АСТ, 2018. – 118 с.
4. Иванов О.Н. Уроки Льва Яшина / О.Н. Иванов. – М.: Спорт, 2018.– 120 с.
5. Маршак С. Я. Мяч // Стихи для детей. – Москва: АСТ.
6. Михалков С. В. Трус // Стихи и рассказы для детей. – Москва: Малыш.
7. Носов Н. Н. Фантазёры // Рассказы для детей. – Москва: Самовар.
8. Осеева В. А. Волшебное слово // Рассказы для детей. – Москва: Детская литература.
9. Успенский Э. Н. Школа клоунов. – Москва: АСТ.
10. Чуковский К. И. Айболит. – Москва: Малыш.
11. Стихи и рассказы о спорте для детей дошкольного возраста / составитель по выбору педагога. — Москва: Детская литература.
12. Детская энциклопедия Клайв Гиффорд – М.: Издательство РОСМЭН, 2018. – 48 с.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Кн. для воспитателя дет. сада.– М.: Просвещение, 1992.–159 с.
2. Васильев Е.П. Контрольные упражнения и измерительные приспособления для определения гибкости / Е.П. Васильев // Теория и практика физического воспитания. – М., 1958 – Т. – 21. – № 10. – с. 782-784.
3. Годик М.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет / Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. – Н.Новгород: РА «Квартал», 2012. – 256 с.
4. Дедулевич М.Н. Играй - не зевай. Подвижные игры с дошкольниками: пособие для воспитателей дошкольных образовательных учреждений / М. Н. Дедулевич. – М.: Просвещение, 2007. – 62 с.
5. Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателей детского сада / Сост А.В. Кенеман; Под ред. Т.И. Осокиной. – М.: Просвещение, 1988. – 240 с.
6. Иванов О.Н. Блочно-модульная технология подготовки спортивного резерва на начальных этапах в футболе: учебно-методическое пособие / О.Н. Иванов, А.А. Кузнецов, А.В. Портнов: Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка, 2021. – 152 с.
7. Иванов О.Н. Начальная подготовка вратаря в футболе: учебно- методическое пособие / О. Н. Иванов., А. В. Портнов: МГАФК. – Малаховка, 2015. – 64 с.
8. Истоки: Комплексная образовательная программа дошкольного образования / Научн. рук. Л.А. Парамонова. – 6-е изд. перераб. – М.: ТЦ Сфера, 2018. – 192 с.
9. Лях, Н.В. Сборник подвижных игр и игровых упражнений, рекомендованных учебной программой дошкольного образования / Н.В. Лях. Минск.: Зорны верасок, 2017. 228 с.
10. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду / Т.И. Осокина. – 3-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 1986. – 304 с.
11. Организация медицинского контроля за развитием и здоровьем дошкольников и школьников на основе массовых скрининг- тестов и их оздоровление в условиях детского сада, школы: Методическое пособие/Под ред. акад. РАМН Г.Н. Сердюковской. – М.: «Промедэк», 1993. URL: <https://textarchive.ru/c-1958660-p2.html>
12. Панфилова, Н.В. Развитие координационных способностей и обучение двигательным действиям детей 4-6 лет в связи с особенностями двигательной асимметрии: Дис. канд. пед. наук / Н.В. Панфилова. – М., 1992. – 200 с.
13. Парциальная программа раннего физического развития детей дошкольного возраста/ Р.Н. Терехина, Е.Н. Медведева, О.А. Двейрина, С.И. Петров, В.С. Терехин, В.В. Кожевникова; под общ. ред. Р.Н. Терехиной, Е.Н. Медведевой. – М.: ООО «Издательство «ВАРСОН», 2022. – 40 с.
14. Пензулаева, Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет/ Л.И. Пензулаева. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 112 с.
15. Недоспасова, В.А. Растем играя: средний и старший дошкольный возраст: пособие для воспитателей и родителей / В.А. Недоспасова. – М.: Просвещение, 2003. – 94 с.
16. Родин Ю.И. Научные основы здоровьесбережения детей дошкольного возраста/ Ю.И. Родин. – М.: МПГУ, 2018. – 350 с.
17. Родин Ю.И. Научные основы физической культуры. Часть 1. Теория физической культуры: учебное пособие / Ю.И. Родин. – М.: МПГУ, 2023. – 263 с.
18. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. N 1155)
19. Шишкина, В.А. Подвижные игры для детей дошкольного возраста / В.А. Шишкина, М.Н. Дедулевич. – Минск: Изд.-во «Белый ветер», 2016. 88 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ К ПРОГРАММЕ

Календарный учебный график на учебный год – приложение №1.

Учебно-тематический план-график – приложение №2.

Календарный учебный график на 2026/27 учебный год

1. Общие сведения

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 5–7 лет

Срок реализации: 1 учебный год, 34 недели

Форма обучения: очная

Форма реализации: сетевая

Режим занятий: 2 раза в неделю

Продолжительность занятия: 30 минут

Объем программы: 68 часов

2. Сроки начала и окончания учебного года

Начало учебного года: 1 сентября 2026 года

Окончание учебного года: 31 мая 2027 года

3. Периоды учебного процесса

Период	Сроки	Количество недель	Примечание
1 четверть	1 сентября – 25 октября 2026 года	8 недель	Реализация программы
Осенние каникулы	26 октября – 3 ноября		Занятия не проводятся
2 четверть	4 ноября – 30 декабря	8 недель	Реализация программы
Зимние каникулы	31 декабря 2026 года – 10 января 2027 года		Занятия не проводятся
3 четверть	11 января – 26 марта 2027 года	11 недель	Реализация программы
Весенние каникулы	27 марта – 4 апреля 2027 года		Занятия не проводятся
4 четверть	5 апреля – 31 мая 2027 года	7 недель	Реализация программы

4. Календарный учебный график по месяцам

Месяц	Количество недель	Количество занятий	Количество часов	Содержание работы
Сентябрь 2026	5	5	10	Вводный этап, правила безопасности, знакомство с мячом
Октябрь 2026	3	3	6	Общая физическая подготовка, координация, подвижные игры
Ноябрь 2026	3	3	6	Знакомство с мячом, ведение мяча
Декабрь 2026	5	5	10	Ведение мяча, остановка мяча, передачи
Январь 2027	3	3	6	Повторение, восстановление после каникул, упражнения с мячом
Февраль 2027	4	4	8	Передачи мяча, удары по мячу, действия у ворот
Март 2027	4	4	8	Удар по мячу, взаимодействие игроков
Апрель 2027	4	4	8	Командные упражнения, мини-футбол, подвижные игры
Май 2027	3	3	6	Итоговое повторение, мини-турниры, итоговая диагностика
Итого	34	34	68	

5. Контрольные мероприятия

Вид контроля	Сроки проведения	Содержание
Входной контроль	Сентябрь 2026 года	Определение уровня двигательной подготовленности детей, владения элементарными действиями с мячом
Текущий контроль	В течение всего учебного года	Педагогическое наблюдение, выполнение игровых упражнений, участие в подвижных играх
Итоговый контроль	Май 2027 года	Итоговая диагностика, мини-футбольные игры, спортивный праздник

6. Праздничные и итоговые мероприятия

Мероприятие	Сроки	Форма проведения
Осенний футбольный праздник	Октябрь 2026 года	Игровое спортивное мероприятие
Новогодние игровые старты	Декабрь 2026 года	Эстафеты и подвижные игры
Зимние игровые занятия	Январь 2027 года	Повторение и закрепление двигательных навыков
Весенний мини-турнир	Апрель 2027 года	Командные игры и соревнования
Итоговый футбольный праздник	Май 2027 года	Подведение итогов, награждение, диагностика

Приложение 2 к Дополнительной
общеразвивающей программе
«Футбол для дошкольников»

Учебно-тематический план-график

№ занятия	Месяц	Тема занятия	Содержание занятия	Количество часов	Форма контроля
1.	Сентябрь	Знакомство с программой	Знакомство с педагогом, правила поведения, назначение спортивного инвентаря	1	Беседа, наблюдение
2.	Сентябрь	Правила безопасности	Безопасное перемещение по площадке, дистанция, выполнение действий по сигналу	1	Наблюдение
3.	Сентябрь	Ходьба и бег на площадке	Ходьба и бег с изменением направления и темпа	1	Педагогическое наблюдение
4.	Сентябрь	Ориентировка в пространстве	Движение между ориентирами, остановка по сигналу	1	Игровое задание
5.	Сентябрь	Прыжковые упражнения	Прыжки на двух ногах, продвижение вперед, преодоление препятствий	1	Наблюдение
6.	Сентябрь	Упражнения на равновесие	Ходьба по ограниченной линии, остановки, повороты	1	Практическое выполнение
7.	Сентябрь	Эстафеты	Бег, передача эстафеты, выполнение заданий по сигналу	1	Игровая эстафета
8.	Сентябрь	Подвижная игра	Закрепление основных движений в подвижной игре	1	Игровая деятельность
9.	Сентябрь	Быстрота реакции	Старт по сигналу, изменение направления движения	1	Наблюдение
10.	Сентябрь	Ловкость и координация	Обегание ориентиров, упражнения на согласованность движений	1	Практическое задание
11.	Октябрь	Полоса препятствий	Преодоление невысоких препятствий, прыжки, пролезание	1	Наблюдение
12.	Октябрь	Движение в парах	Согласованные действия в парах, движение навстречу и рядом	1	Парное упражнение
13.	Октябрь	Игры на	Реакция на цвет, звук,	1	Игровое

		внимание	жест и команду педагога		задание
14.	Октябрь	Эстафета с предметами	Перенос предметов, обход ориентиров, возвращение в команду	1	Эстафета
15.	Октябрь	Игры на выносливость	Чередование бега, ходьбы и отдыха	1	Наблюдение
16.	Октябрь	Закрепление физических качеств	Комплекс упражнений и подвижных игр	1	Текущее наблюдение
17.	Ноябрь	Знакомство с мячом	Размер, свойства и правила безопасного обращения с мячом	1	Беседа, наблюдение
18.	Ноябрь	Перекачивание мяча	Перекачивание мяча руками и ногами в заданном направлении	1	Практическое задание
19.	Ноябрь	Остановка мяча подошвой	Остановка неподвижного и медленно катящегося мяча	1	Выполнение упражнения
20.	Ноябрь	Катание мяча между ориентирами	Прокатывание мяча по дорожке, соблюдение направления	1	Игровое задание
21.	Ноябрь	Игры с мячом	Игры «Передай мяч», «Не потеряй мяч»	1	Игровая деятельность
22.	Ноябрь	Закрепление навыков	Комплекс упражнений на владение мячом	1	Текущее наблюдение
23.	Декабрь	Ведение мяча по прямой	Ведение мяча внутренней стороной стопы	1	Практическое задание
24.	Декабрь	Ведение мяча между фишками	Перемещение мяча между ориентирами	1	Наблюдение
25.	Декабрь	Ведение с остановкой	Остановка мяча по сигналу педагога	1	Игровое упражнение
26.	Декабрь	Ведение правой ногой	Ведение мяча правой ногой на коротком расстоянии	1	Практическое выполнение
27.	Декабрь	Ведение левой ногой	Ведение мяча левой ногой на коротком расстоянии	1	Практическое выполнение
28.	Декабрь	Изменение направления	Ведение с поворотами и обходом ориентиров	1	Игровое задание
29.	Декабрь	Изменение скорости	Медленное и быстрое ведение мяча	1	Наблюдение
30.	Декабрь	Игра «Змейка»	Ведение мяча между стойками или фишками	1	Игровая деятельность
31.	Декабрь	Эстафета с ведением	Ведение мяча до ориентира и обратно	1	Эстафета
32.	Декабрь	Проведение	Ведение мяча через	1	Игровое

		мяча в ворота	обозначенную зону		задание
33.	Январь	Ведение с передачей	Ведение мяча и передача партнёру	1	Практическое упражнение
34.	Январь	Закрепление ведения	Подвижные игры и упражнения на ведение мяча	1	Текущее наблюдение
35.	Январь	Повторение навыков владения мячом	Ведение, остановка, движение с мячом	1	Наблюдение
36.	Январь	Игровые упражнения с мячом	Эстафеты и задания на координацию действий	1	Игровая деятельность
37.	Январь	Ведение мяча в разных направлениях	Изменение направления и скорости движения	1	Практическое задание
38.	Январь	Подвижная игра с мячом	Закрепление навыков в игровой форме	1	Игровое упражнение
39.	Февраль	Передача мяча партнёру	Передача внутренней стороной стопы на короткое расстояние	1	Практическое выполнение
40.	Февраль	Остановка и передача	Остановка мяча и последующая передача партнёру	1	Парное упражнение
41.	Февраль	Передача в парах	Передача мяча с небольшим перемещением	1	Наблюдение
42.	Февраль	Передача в кругу	Передача мяча по кругу, ожидание своей очереди	1	Игровое задание
43.	Февраль	Точность передачи	Передача мяча в обозначенную зону	1	Практическое задание
44.	Февраль	Передача через ворота	Направление мяча в небольшие ворота или обозначенную цель	1	Игровое упражнение
45.	Февраль	Передача после ведения	Ведение мяча, остановка и передача партнёру	1	Практическое выполнение
46.	Февраль	Игровое закрепление передач	Подвижные игры и эстафеты с передачей мяча	1	Игровая деятельность
47.	Март	Удар по неподвижному мячу	Удар внутренней стороной стопы	1	Практическое упражнение
48.	Март	Удар по воротам	Удар по мячу с небольшого расстояния	1	Наблюдение
49.	Март	Направление удара	Удары в обозначенную часть ворот	1	Игровое задание
50.	Март	Удар после остановки	Остановка мяча и удар по воротам	1	Практическое выполнение
51.	Март	Удар после ведения	Ведение, остановка и удар по воротам	1	Игровое упражнение
52.	Март	Удары в цель	Попадание мячом в ориентир или	1	Практическое задание

			небольшие ворота		
53.	Март	Игры у ворот	Игровые ситуации с атакой ворот	1	Игровая деятельность
54.	Март	Закрепление ударов	Эстафеты и упражнения на точность удара	1	Текущее наблюдение
55.	Апрель	Взаимодействие в парах	Передача мяча и перемещение после передачи	1	Парное упражнение
56.	Апрель	Действия в тройках	Передача мяча между участниками, движение к свободному месту	1	Групповое задание
57.	Апрель	Командная эстафета	Выполнение задания с учётом действий команды	1	Эстафета
58.	Апрель	Передача и движение	Передача мяча партнёру с последующим перемещением	1	Практическое задание
59.	Апрель	Игровое взаимодействие	Использование ведения и передачи в командной игре	1	Наблюдение
60.	Апрель	Мини-футбол	Игра небольшими командами на ограниченной площадке	1	Игровая деятельность
61.	Апрель	Подвижные игры с мячом	Повторение ведения, передачи и удара	1	Игровая деятельность
62.	Апрель	Эстафета «Проведи мяч»	Ведение мяча с обходом ориентиров	1	Эстафета
63.	Май	Эстафета «Передай мяч»	Передача мяча в парах и командах	1	Практическое задание
64.	Май	Эстафета «Попади в цель»	Удар по мячу в обозначенную цель	1	Игровое упражнение
65.	Май	Мини-футбол	Игра малыми составами с упрощёнными правилами	1	Наблюдение
66.	Май	Итоговое игровое занятие	Комплекс упражнений на основные футбольные действия	1	Итоговое наблюдение
67.	Май	Футбольный праздник	Эстафеты, игровые задания, подведение итогов программы	2	Итоговое мероприятие