

Белоярский район  
Ханты-Мансийский автономный округ-Югра  
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение Белоярского района  
«Детский сад комбинированного вида «Снегирек» г. Белоярский»  
(МАДОУ «Детский сад «Снегирек» г. Белоярский)

ПРИНЯТА  
решением Педагогического совета МАДОУ  
протокол № 1 от «03» сентября 2019

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МАДОУ  
«Детский сад «Снегирек» г. Белоярский»  
от «03» сентября 2019 г. № 163

**Дополнительная общеобразовательная программа  
физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» с детьми 6-7 лет  
инструктора по физической культуре  
Граниной Светланы Петровны  
на 2019-2020 учебный год**

**г. Белоярский  
2019 г.**

## СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Раздел	Страница
<b>1.</b>	<b>Целевой раздел</b>	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи Программы	3
1.3.	Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.4.	Характеристики особенностей физического развития детей 6 -7лет	4
1.5.	Планируемые результаты освоения Программы	5
1.6.	Оценка индивидуального развития детей.	5
<b>2.</b>	<b>Содержательный раздел</b>	6
2.1.	Содержание психолого-педагогической работы по программе дополнительного образования	6
2.2.	Способы и направления поддержки детской инициативы	10
2.3.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	11
2.4.	Особенности реализации программы	11
<b>3.</b>	<b>Организационный раздел</b>	16
2.3.	Особенности организации предметно-пространственной среды	16
2.4.	Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания	16
<b>2.5.</b>	<b>Библиографический список</b>	16

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» (Далее – Программа) разработана в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Федерального закона РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 г.
- Постановления Правительства РФ от 15.08.2013 N 706 "Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг"
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования".
- Положения о порядке оказания платных образовательных услуг в МАДОУ «Детский сад « Снегирек» приказ от 01.06.2016 г № 143

Программа спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, региона и муниципалитета, образовательных потребностей и запросов воспитанников.

Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса по обучению детей 6-7 лет игре в футбол.

### **Программа направлена на:**

*на приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:*

- ✓ двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как быстрота, ловкость, выносливость и координация; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма,
- ✓ развитию крупной и мелкой моторики;
- ✓ а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (различные виды ходьбы, бега, бег ускорением, различные виды прыжков, повороты, наклоны);
- ✓ формирование начальных представлений о спортивных играх, о футболе, о способах физического развития и самосовершенствования.
- ✓ владение подвижными, спортивными играми с правилами;
- ✓ становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- ✓ становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

## 1.2. Цели и задачи:

*Программа ориентирует на достижение общих ключевых целей:*

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, формировать у них привычку к здоровому образу жизни;
- содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка;

- обеспечивать каждому ребёнку возможность радостно и содержательно прожить период дошкольного детства.

**Основной целью программы** является: Ознакомление детей со спортивной игрой в футбол и основами ее техники

**Задачи:**

*Оздоровительные задачи:*

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;
- формирование гармоничной мышечной мускулатуры, гигиенических навыков.

*Образовательные задачи:*

- совершенствование футбольной техники: быстрое передвижение игроков по площадке; владение ударами по мячу; остановка (прием) мяча ногой; ведение мяча ногой;
- совершенствование техники финтов; отбор мяча, вратарской техникой, вбрасыванием мяча.
- совершенствование физических двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- Накопление знаний о видах спортивных игр, правилах игры; формирование привычки к здоровому образу жизни;
- формирование у родителей представлений о физических возможностях детей для дальнейших занятий спортом.

*Воспитательные задачи:*

воспитание потребности в здоровом образе жизни; выработка привычки к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх.

### **1.3. Принципы и подходы к формированию Программы**

Наряду с общепедагогическими дидактическими **принципами** (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности программы:

**Принципы построения программы:**

- системность – педагогическое воздействие выстроено в систему специальных занятий, упражнений и заданий;
- преемственность - каждый следующий этап базируется на сформированных навыках и, в свою очередь, формирует «зону ближайшего развития»;
- возрастное соответствие - предлагаемые игры и упражнения учитывают возрастные возможности детей данного возраста;
- деятельностный принцип - задачи ознакомления с футболом достигаются через игровую деятельность;
- здоровьесберегающий принцип – обеспечена смена видов деятельности.

### **1.4. Характерные особенности игры в футбол.**

Физическое воспитание играет главную роль во всестороннем развитии современного дошкольника. Дошкольный возраст – это возраст, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни. В детском организме заложены большие возможности для тренировок, а это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему дошкольного воспитания ДОУ. Отдельные элементы действия в спортивных играх не только возможны, но и целесообразны.

Футбол – спортивная игра. Динамичность, эмоциональность, разнообразие действий в различных ситуациях в футболе привлекают детей старшего дошкольного возраста, формируя интерес и увлеченность ею. Данная программа по «Обучению детей старшего дошкольного возраста игре в футбол» представляет собой синтез методики спортивной

школы (адаптированной к условиям в ДОУ) и игровой специфики дошкольного учреждения. Посредством разнообразных игр, игровых упражнений, заданий, эстафет дошкольники учатся азам игры в футбол в условиях дошкольного учреждения, имея возможность в дальнейшем обучаться в секции футбола детско-юношеской спортивной школы.

Футбол – игра с мячом. В играх и действиях с мячом дошкольники совершенствуют навыки большинства основных движений (ходьбу, бег, равновесие, силу, выносливость) Вместе с тем игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе игр дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, ударах по мячу ногой, ведении ногой, ударах по цели и на дальность с места и с разбега, но также и в ходьбе, беге, прыжках. Все эти движения дети выполняют в постоянно меняющейся обстановке. А это способствует формированию у детей старшего дошкольного возраста умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры.

Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации и способах проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка. Разнообразные спортивные упражнения позволяют всесторонне воздействовать на мышечную систему детей, укреплять их костный аппарат, развивать дыхательную и сердечно-сосудистую системы, регулировать обмен веществ, усиливая его функциональный эффект, укреплять иммунитет.

Футбол – игра коллективная, а в играх коллективного характера нередко возникают конфликты, споры между детьми, разрешать которые дети будут учиться также в ходе игр. Игры и упражнения с мячом развивают навыки поведения ребенка в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Все двигательные навыки дошкольников, сформированные при помощи элементов спорта, составят фундамент для их дальнейшего совершенствования в школе, позволят в дальнейшем достигать высоких результатов в спорте.

## **1.5. Планируемые результаты освоения Программы**

### **Планируемые результаты освоения Программы детьми 5-6 лет**

У детей:

- Повышение уровня физической подготовленности и развития физических качеств у детей 5-6 лет.
- Совершенствование всех физических качеств, (в частности общей выносливости; знакомство с техникой бега).
- Формировать привычку к ведению здорового образа жизни у детей и родителей.
- Формирование у родителей представлений о физических возможностях детей для дальнейших занятий спортом.

### **Планируемые результаты освоения Программы детьми 6-7 лет**

У детей:

- Повышение уровня физической подготовленности и развития физических качеств у детей 6-7 лет.
- Совершенствование общей выносливости; улучшение техники бега.
- Потребность в спортивной деятельности, ведении здорового образа жизни у детей и родителей.
- Совершенствование у родителей представлений о физических возможностях детей для дальнейшего выбора вида спорта, соответствующего возможностям ребенка.

## **1.6. Оценка индивидуального развития детей.**

С целью мониторинга достигнутых результатов воспитанников осуществляется педагогическая диагностика физической подготовленности детей, по показателям

развития физических качеств авторов И.Б. Едаковой, И.В. Колосовой, А.В. Копытовой, Г.Н. Кузнецова, С.Н. Обуховой, Т.А. Сваталовой, М.Л. Семеновой, Т.А. Тарасовой «Мониторинг достижения планируемых результатов освоения программы дошкольного образования: методические рекомендации».

Диагностика проводится в начале и конце года в старшем дошкольном возрасте для контроля за уровнем развития физической подготовки ребёнка. Тестами выявляется общий уровень физического развития, уровень специальной подготовки двигательного аппарата.

В соответствии с общепринятыми требованиями обследование физической подготовки детей проводится два раза в год на учетно-контрольных занятиях. Первое обследование - в начале учебного года (в сентябре), второе - в конце учебного года (в мае). Данные обследования заносятся в «Протокол обследования»

Для облегчения подсчета цифровых данных оценки физической подготовленности детей по показателям развития физических качеств детей разработан «Протокол обследования» с использованием информационно-коммуникативных технологий, в программе Excel.

Мониторинг позволяет осуществлять сбор информации об образовательной деятельности, своевременно анализировать происходящие в ней изменения, планировать работу по преобразованию условий на основе полученных результатов, принимать эффективные решения. В процессе мониторинга исследуются педагогические условия по всем направлениям развития ребенка.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

## **2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1.Содержание психолого-педагогической работы по программе дополнительного образования.**

Содержание «Программы дополнительного образования «Обучение детей 5-6 лет игре в футбол» МАДОУ «Детский сад «Снегирек» г. Белоярский» основывается на методическое пособие Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду».

#### **Этапы обучения:**

*Подготовительный этап:*

- \*повышение общей физической подготовленности;
- \*совершенствование общей выносливости;
- \*улучшение техники бега;
- \*улучшение состояния здоровья и прежде всего деятельности сердечно-сосудистой системы и органов дыхания.

Реализация этого этапа осуществляется в повседневной жизни дошкольников посредством подвижных игр и физических упражнений на прогулках, во время самостоятельной двигательной деятельности детей, непосредственно во время физкультурных занятий и спортивных развлечений. Данный этап может длиться от нескольких месяцев до полугода.

*Основной этап* – этап непосредственного обучения игре в футбол

- \*на занятиях кружка «Мини-футбол»;

\*футбольные элементы могут включаться в материал по физическому воспитанию на протяжении учебного года.

### **Элементарные правила игры в футбол:**

- перед началом игры проводится жеребьевка для выбора сторон или начального удара. Мяч ставится на землю в центре поля;
- игроки команды стремятся забить как можно больше голов в ворота соперника, а после потери мяча защищать свои, соблюдая при этом правила игры;
- футбол – игра двух команд, и в каждой команде – до 5-7 игроков, один из которых капитан;
- соблюдение правил игры, и продолжительность матча контролирует судья;
- мяч считается забитым в ворота, если он полностью прошел линию ворот, а также во время игры были соблюдены все правила;
- в футболе все действия игроки выполняют ногами;
- правом брать в руки мяч обладают вратарь и игрок, выполняющий вбрасывание;
- футбол – игра коллективная, и игроки относятся друг к другу с уважением, несмотря на дух соперничества и желание победить.

### **Элементы футбольной техники:**

*Передвижение игроков по площадке:*

\*различные виды бега («змейкой»; бег с изменением темпа по команде (ускорение, замедление); спиной вперед; со сменой направляющего; в колонне по одному с перестроением в пары по сигналу; с препятствиями; в чередовании с другими движениями; обегая предметы и т.п.);

\*различные виды прыжков, подскоки;

\*подвижные игры «Ловишки», «Пятнашки», «Заморожу» и т.п.

*Удары по мячу:*

\*носком ноги по неподвижному мячу в стену с расстояния 2,5-3,5 м с места;

\*носком ноги в ворота шириной 2-2,5 м с расстояния 2-4 м с места;

\*5-6 ударов подряд на точность с расстояния 2-4 м в уменьшенные ворота (1,5-1,7 м) без вратаря;

\*по неподвижному мячу в стену;

\*передача мяча друг другу носком ноги, стоя в паре (тройке), с места;

\*по команде коснуться носком центра мяча, лежащего неподвижно;

\*игровое упражнение «Снайпер»;

\*пяткой: подбежав с расстояния 2-3 метров к 5-6 мячам, лежащим на одной линии, выполнить поочередные удары по ним;

\*пяткой по неподвижно лежащему мячу в ворота шириной 2,5 метра с расстояния 2,5-3 метра;

\*передача мяча в паре, ударяя пяткой (расстояние между партнерами – 2-2,5 метра);

\*передача мяча пяткой, стоя по обе стороны дуги (ворот);

\*игровое задание «Кто быстрее»;

\*серединой подъема (имитация удара по мячу);

\* с места по неподвижному мячу в стену с расстояния 3-4 метра;

\*с места (с разбега) по неподвижно лежащему мячу с целью попасть в предмет (с расстояния до предмета – 2-3 метра);

\*(с постепенным увеличением силы удара) с места (с разбега) по неподвижному мячу в стену (3-4 метра);

\*отбивая мяч от пола, посылать его через натянутый шнур (высота шнура – 20 см);

\*по цели, нарисованной на стене, после передачи мяча партнером (взрослым);

\*внешней стороной стопы (выполнить 6-8 ударов, имитируя удары по мячу с разбега);

- \*отметив мелом соответствующую часть подъема, выполнить 8-10 ударов по мячу в серу (по предмету) с места (с разбега);
- \*внутренней стороной стопы («щечкой»);
- \*по мячу с места (с разбега) в стену (расстояние 3-4 метра);
- \*ударив по мячу с места (с разбега), попасть через шнур (высотой 20 см) в стену;
- \*после передачи мяча партнерам ударить по мячу и попасть в цель (или предмет) с расстояния 2,5 – 3 метра;
- \*передача мяча от водящего игрокам, стоящим по кругу;
- \*мячом по предмету, который размещен в центре круга (диаметр круга – 4-5 метра), игрокам, стоящим по периметру круга.

*Остановка (прием) мяча ногами:*

- \*остановка катящегося мяча подошвой ноги: передача мяча в парах (тройках) любым способом и остановка подошвой ноги;
- \*передача мяча от водящего, находящегося в центре круга, игрокам, образующим этот круг.

*Ведение мяча ногами:*

- \*по прямой (10 метров) попеременно то правой, то левой ногой;
- \*по начерченной прямой линии (10 метров) попеременно то правой, то левой ногой;
- \*по извилистой линии;
- \*между предметами (медболы, кегли и т.п.), обводя их;
- \*по коридору (шириной 2 метра и длиной 10 метров), постепенно уменьшая его ширину;
- \*произвольное ведение мяча любым способом.

*Финты (уход с мячом в сторону от соперника):*

- \*в паре стрелером, а по мере усвоения техники – с другим игроком;
- \*пронося ногу над мячом, другой ногой подтолкнуть его на ход.

*Отбор мяча:*

- \*игровое упражнение «Ну-ка, отними!» в паре м тренером;
- \*игровое упражнение «Горячий мяч» (по принципу «Горячей картошки» - только ногами).

*Вратарская техника:*

- \*ловля высоко летящего мяча в прыжке (перебрасывание мяча руками друг другу);
- \*ловля мяча, стоя в паре (тройке) на расстоянии 2-3 метров;
- \* ловля мяча, брошенного через сетку, натянутую выше роста детей на 20 см;
- \*ловля мяча во время бега попарно (расстояние в паре – 2,5-3 метра);
- \*подбрасывание и ловля мяча двумя руками, стоя на месте и в продвижением вперед;
- \*бег с прыжком в высоту (игровое упражнение «Дотронься до колокольчика»);
- \*ловля и отбивание высоколетящего мяча в стороне от ворот (игроки поочередно бросают вратарю мяч руками из разных точек с расстояния от 2 до 4 метров, затем игроки выполняют подачу ногами любым известным им способом);
- \*ловля мяча, летящего на уровне груди (игроки подают мяч вратарю сначала руками – игровое упражнение «Горячая картошка»: вратарю во время ловли мяча необходимо подпрыгнуть вверх так, чтобы мяч оказался на уровне живота, - затем ногами);
- \*ловля низколетящего мяча (перемещение боком с одной стороны гимнастической скамейки у другой, отбивать ладонями брошенный партнером мяч с расстояния 2,5 – 3 метра);
- \*из и.п. – полуприсед с сомкнутыми ногами, ладони обращены навстречу мячу – отбивать мяч, брошенный водящим;
- \*прием катящегося мяча (перемещаться вдоль линии и отбивать ладонями, с широко расставленными пальцами, катящиеся мячи, которые поочередно посылают игроки ногами с расстояния 3-4 метра);
- \*бровок мяча двумя руками: из-за головы, из-за плеча правой (левой) рукой, одной рукой сбоку низом;



\*выбивание мяча в поле (пробежав несколько шагов, подбросить мяч невысоко вверх-вперед и ударить по нему подъемом ноги).

*Вбрасывание мяча:*

\*бросок мяча двумя руками из-за головы с места (с разбега) на дальность;

\*перебрасывание мяча способом двумя руками из-за головы через сетку, стоя в паре.

## **2.2 Способы и направления поддержки детской инициативы**

- ✓ Для развития детской инициативы и самостоятельности создаются разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте.
- ✓ Поддерживается стремление детей тренировать волю, желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца.
- ✓ В процессе организованной образовательной деятельности дошкольников ориентируют на получение хорошего результата.
- ✓ Необходимо своевременно обращать внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу.
- ✓ Развитию самостоятельности способствует поддержка у детей чувства гордости и радости от успешных самостоятельных действий.
- ✓ Следует проявлять внимание к вопросам детей, побуждать и поощрять их познавательную активность. Поэтому задача взрослого — поддержать стремление к самостоятельности. Необходимо помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности («Я — молодец!»). Дошкольники очень чувствительны к оценкам взрослых. Они остро переживают, если взрослый выражает сомнение в их самостоятельности, ограничивает свободу. Развитию самостоятельности способствует освоение детьми универсальных умений: поставить цель, обдумать путь к ее достижению, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели.

## **2.3 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.**

- ✓ консультативная помощь.
- ✓ участие в родительских собраниях.
- ✓ проведение дня открытых дверей.
- ✓ проведение занятий с участием родителей.

Взаимоотношения с родителями строятся с учетом индивидуального подхода, доброжелательного стиля общения.

## **2.4. Особенности реализации Программы**

Программа рассчитана на 1 учебный год (сентябрь 2019 года - май 2020 года) и носит системный характер. Занятия проводятся групповым способом (12 детей), 2 раза в неделю. В процессе занятий с детьми проводятся предварительные беседы и рассматривание иллюстраций.

**Участники занятий:** дошкольники 6-7 лет, без ограничений по группе здоровья, в количестве – 26 человек (2 подгруппы).

### **Структура занятия**

*I. Вводная часть (5-7 минут).*

Разминка. Подготовка к интенсивной работе:

- \* различные виды ходьбы и бега; прыжки, подскоки;
- \* упражнения дыхательной гимнастики;
- \* подвижные игры.

*II. Основная часть (20 минут).*

- \* Комплекс О.Р.У. или подвижные игры.
- \* Подводящие упражнения (имитационные).
- \* Обучение техническим азам игры в футбол.
- \* Игра в футбол.

*III. Заключительная часть. (4-5 минут)*

- \* Ходьба в сочетании с дыхательными упражнениями;
- \* упражнения на релаксацию;
- \* спокойная игра.

**Учебно-тематический занятий кружка на 2019-2020 год.**

№	месяц	№ комплекса	Количество занятий
1	2-30 сентября	Комплекс №1	6 занятий
2	1-31 октября	Комплекс №2	9 занятий
3	1,11-30 ноября	Комплекс №3	6 занятий
4	2 -20 декабря	Комплекс №4	6 занятий
5	13 -31 января	Комплекс №5	6 занятий
6	3-28 февраля	Комплекс №6	8 занятий
7	9-31 марта	Комплекс №7	6 занятий
8	1-30 апреля	Комплекс №8	9 занятий
9	13-31 мая	Комплекс №9	6 занятий
11	Итого:		64 занятия

**Перспективное планирование занятий «Хатха-йога» для детей 6-7 лет»**

№ п/п	Октябрь комплекс №1	Ноябрь комплекс №2	Декабрь комплекс №3
<b>ЦЕЛЬ</b>	Совершенствовать умение удерживать тело в статических позах (до 8 сек); укреплять осанку; сохранять и развивать гибкость и эластичность позвоночника, подвижность суставов; совершенствовать умение чувствовать свое тело во время движений; развивать умение быть организованными, поддерживать дружеские отношения со сверстниками.	Совершенствовать умение удерживать тело в статических позах (до 15 сек); на равновесие; гибкость; -укреплять мышцы рук, ног, спины; -учить дышать свободно, не задерживая, сочетая выдох с движением	Совершенствовать умение удерживать тело в статических позах (до 20 сек). Способствовать выполнению упражнений легко, с равномерным дыханием; -формировать умение сохранять правильную асану (позу) по ее названию.
<b>I.</b>	Встреча «Улыбнитесь!»		
	«Настройтесь на занятие». Разминка. Массаж		
<b>II.</b>	Комплекс статических упражнений: - Поза зародыша - Поза угла - Поза мостика - Поза ребенка - Поза кошки (доброй,	Комплекс статических упражнений: - Поза дерева (вариант 1) - Поза бриллианта (вариант 1) - Поза льва - Божественная поза	Комплекс статических упражнений: - Поза дерева (вариант 1) - Поза кривого дерева - Поза бегуна - Поза бриллианта (вариант 2)

	сердитой, ласковой) - Поза бриллианта (вариант 1) - Поза горы - Поза лебедя - Поза змеи, кусающей за хвост - Поза крокодила - Поза отдыха	- Головоколенная поза (вариант 1) - Поза змеи - Поза прямого угла - Поза черепахи - Поза обезьяны - Поза змеи, кусающей за хвост - Поза крокодила	- Поза скручивания - Поза полукузнечика - Поза полуберезки - Поза змеи, кусающей за хвост - Поза верблюда - Поза крокодила - Поза удобная - Поза покоя
	Силовой блок (упражнения на укрепление основных групп мышц)		
	Дыхательные упражнения и игры, гимнастика для глаз		
	Релаксационная гимнастика		
<b>III</b>	Игры, направленные на активизацию действий, развитие внимания		

№ п/п	Январь комплекс № 4	Февраль комплекс № 5	Март комплекс № 6
<b>ЦЕЛЬ</b>	Совершенствовать умение удерживать тело в статических позах (до 25 сек). Развивать умение выполнять движения осознанно, ловко, красиво; сохранять правильную осанку; развивать координацию движений, выдержку, настойчивость в достижении результатов.	Совершенствовать умение удерживать тело в статических позах (до 30 сек). Вырабатывать равновесие, координацию движений; закреплять навыки массажа; развивать гибкость; совершенствовать умение осознанно дышать.	Совершенствовать умение удерживать тело в статических позах (до 35 сек). Развивать гибкость позвоночника и подвижность суставов; совершенствовать умение осознанно дышать.
<b>I.</b>	Встреча «Улыбнитесь, потянитесь!» «Настройтесь на занятие». Разминка. Массаж.		
<b>II.</b>	Комплекс статических упражнений: - Урок в позе лотоса: удобная поза; поза полулотоса; поза лотоса. - Переменное дыхание, или раздельное продувание (для детей старшей и подготовительной группы) - Поза собаки - Поза лошади, мордой вниз - Поза всадника - Поза гусеницы - Поза лука - Поза свечи	Комплекс статических упражнений: - Поза дерева (вариант 1) - Поза дерева (вариант 2) - Поза бегуна - Поза аиста - Поза бриллианта (вар. 3) - Поза ребенка - Поза перекрестка - Совершенная поза - Головоколенная поза - Поза бабочки - Поза черепахи - Поза обезьяны - Поза верблюда	Комплекс статических упражнений: - Поза дерева (вариант 1) - Поза дерева (вариант 2) - Поза скручивания - Поза березки - Поза мостика - Поза бумеренга - Поза наклона вниз головой - Поза лотоса - Поза лодки - Поза рыбы - Поза покоя - Поза кучера
	Силовой блок (упражнения на укрепление основных групп мышц)		

<b>Дыхательные упражнения и игры, гимнастика для глаз</b>		
<b>Релаксационная гимнастика</b>		
Темы для беседы: «Как я сплю», «Учусь сосредотачиваться», «Свежий воздух»	Темы для беседы: «Расскажи, что ты ешь?», «Полезная пища», «Развиваем свои возможности», «Все успею сделать?»	Темы для беседы: «Скорая помощь при болезни», «Чтобы не было насморка», «Средства от кашля», «Помогите сердцу»
<b>III.</b> Игры, направленные на активизацию действий, развитие внимания		

№ п/п	<b>Апрель</b> Комплекс № 7	<b>Май</b> Комплекс № 8	<b>Май</b> Комплекс № 9
<b>ЦЕЛЬ</b>	Совершенствовать умение удерживать тело в статических позах (до 40 сек). Развивать статическую выносливость, ловкость; способствовать выработке чувства равновесия, координации и силы во время выполнения упражнений; следить за дыханием.	Совершенствовать умение удерживать тело в статических позах (до 40 сек). Развивать умение ощущать свое тело во время движений, направлять свои мысли на выполнение конкретного движения; совершенствовать умение осознанно дышать.	Совершенствовать умение удерживать тело в статических позах (до 45 сек). Продолжать развивать гибкость позвоночника и подвижность суставов; совершенствовать координацию движений рук и ног; совершенствовать умение осознанно дышать.
<b>I.</b>	Встреча «Улыбнитесь, потянитесь!» «Настройтесь на занятие». Разминка. Массаж		
<b>II.</b>	Комплекс статических упражнений: - Поза дерева (вариант 2) - Поза кривого дерева - Солнечная поза - Поза аиста - Поза орла - Поза героя - Поза полулотоса - Поза лука - Поза березки - Поза плуга - Поза змеи - Поза кузнечика (2)	Комплекс статических упражнений: - Поза дерева (вариант 2) - Солнечная поза - Поза аиста - Поза цапли - Поза лебедя - Балансная поза - Поза полуверблюда - Поза ребенка - Тронная поза - Поза кузнечика (2) - Поза отдыха - Поза качающегося бревна	Комплекс статических упражнений - Поза дерева (вариант 2) - Солнечная поза - Поза аиста - Поза цапли - Поза лебедя - Поза орла - Поза героя - Поза полулотоса - Поза лука - Поза ребенка - Поза крокодила - Тронная поза
	Силовой блок (упражнения на укрепление основных групп мышц)		
	Дыхательные упражнения и игры, гимнастика для глаз		
	Релаксационная гимнастика		
	Темы для беседы: «В свободную минуту –	Темы для беседы: «Следуем заповедям	Темы для беседы: «Скорая помощь при

	тренируй тело, укрепляй дух», «Игра – это тоже тренировка, но и отдых, разрядка»	здорового питания», «Возможности моего тела», «Гигиена моего тела».	травмах», «Научился сам – научи другого!»
<b>III.</b>	Игры, направленные на активизацию действий, развитие внимания		

### 3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

**3.1.Материально-технические условия** МАДОУ обеспечивают реализацию программы дополнительного образования на высоком уровне:

- функционирует спортивный зал с разметкой мини-футбольного поля, вратарские ворота, в наличие футбольные мячи на каждого ребенка;
- технические средства: телевизоры, музыкальные центры, цифровой фотоаппарат, мультимедийная установка, ноутбуки.

Развивающая предметно-пространственная среда содержательна, насыщена, трансформируема, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная. Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности для детей дошкольного возраста 6-7 лет «Мини-футбол» реализуется в соответствии с учебным планом платных образовательных услуг, календарным учебным графиком платных образовательных услуг и режимом занятий платных образовательных услуг.

### 3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

№	автор	Методическое обеспечение
1	Л.Н.Волошина	Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет «Играйте на здоровье!»
2	Е.Ф.Желобкович	Конспекты занятий «Футбол в детском саду»
3	Э.Й.Адашквичене	Пособие для воспитателей «Спортивные игры и упражнения в детском саду»
4	Т.И Дмитриенко	Пособие для воспитателей «Спортивные игры и упражнения для детей дошкольного возраста»

### 3.3.Основные требования к организации среды

Оборудование спортивного зала МАДОУ соответствует требованиям безопасности, здоровьесбережения и эстетичности. Оборудование соответствует возрастным требованиям, обеспечивает максимальный для дошкольного возраста развивающий эффект.

Пространство спортивного зала организовано в виде разграниченных зон, оснащено развивающим спортивным оборудованием, выступает как динамичное пространство, подвижное и легко изменяемое.

### 3.4.Библиографический список

1. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. Пособие для воспитателей детского сада. Москва. – «Просвещение», 1986
2. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. Пособие для воспитателей детского сада. Москва. – «Просвещение», 1983

3. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. Пособие для воспитателей детского сада. Москва. – «Просвещение», 1981
4. Доронова Т.Н. Из детства – в отрочество. Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей. Москва. – «Просвещение», 2002
5. Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду. Практический материал. Москва, 2009
5. Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. Физическая культура в дошкольном детстве. Пособие для инструкторов и воспитателей. Москва. – «Просвещение», 2005
6. Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!» Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. М.: АРКТИ, 2004
7. Э.Й. Адашкявичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду», пособие для воспитателей. М.: ПРОСВЕЩЕНИЕ, 1992.
8. Т.И. Дмитриенко. «Спортивные игры и упражнения для детей дошкольного возраста». Пособие для воспитателей.