

ГУ «Отдел образования города Актобе»
КГУ «BILIM QAZYNA»
ГККП «Ясли - сад №39 «Достық»

УТВЕРЖДЕНА
приказом ГУ «Отдел образования
города Актобе»
от «12» 09 2025 год
№ 39/1



ПРОГРАММА
«Мы играем в футбол»
(старшая, дошкольная группа)

Актобе 2025 г

Основание программы: Алямовская В.Г. «Контроль за физической подготовленностью детей дошкольного возраста» 2019 г. Футбол для детей одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития и укрепления здоровья.

Составитель: Горевой Максим Александрович, инструктор по физическому воспитанию ясли-сада №39 «Достык»

Программа «Мы играем в футбол» обсуждена и утверждена на заседании педагогического совета Ясли –сада № 39 «Достык»

Протокол №1

« 25 » 08 2025 год

Заведующая Ясли-сада №39 «Достык»  Г.Т Амирова

Программа «Мы играем в футбол» согласована на заседании городской экспертной комиссии

Протокол № 1

«27» 08 2025 год

Председатель экспертной комиссии  Косымбаева М.О.



РЕЦЕНЗИЯ

на вариативную программу «Мы играем в футбол» для детей 4-5 лет
разработанную инструктором по физическому воспитанию
Ясли – сад №39 «Достық» Горевого М.А.

Футбол – одна из самых популярных и массовых коллективных игр. Учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знания, практических умений и навыков.

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

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

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

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

Доцент Актюбинского регионального
университета им. К. Жубанова,
доктор философских наук (PhD)



Куанжанова К.Т.

Пояснительная записка

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

Актуальность: Футбол для детей одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития и укрепления здоровья. Игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания и развития. Коллективный характер футбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважения к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Дети могут проявлять свои личные качества: самостоятельность, инициативу, творчество

Цель: Развивает физические качества, личностные качества, оздоровления и укрепления детского организма посредством занятий футболом.

Задачи программы:

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

Ожидаемые результаты:

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

Занятие проводится 2 раза в неделю, Продолжительность занятий 120 минут. Каждое занятие предполагает изучение новой темы, но включает в себя закрепление пройденного материала.

Тематический план

| № | Тема | Количество часов |
|----|--------------------------------------|------------------|
| 1 | «Знакомство с игрой - футбол» | 2 |
| 2 | «Поговорим о правилах в игре футбол» | 2 |
| 3 | «Владение мячом» | 2 |
| 4 | «Футбольный мяч» | 2 |
| 5 | «Попади в ворота» | 2 |
| 6 | «Кто меткий?» | 2 |
| 7 | «Ловкость рук» | 2 |
| 8 | «Слови мяч» | 2 |
| 9 | «Точно в ворота» | 2 |
| 10 | «Мяч и веревка» | 2 |
| 11 | «Гонка мячей» | 2 |
| 12 | «Ловкие ребята» | 2 |
| 13 | «Гонка мячей» | 2 |
| 14 | «У кого больше мячей» | 2 |
| 15 | «Ловкость ног» | 2 |
| 16 | «Игра Стоп» | 2 |
| 17 | «Не пропусти мяч» | 2 |
| 18 | «Ловкий вратарь» | 2 |
| 19 | «Пингвины с мячом» | 2 |
| 20 | «Удар, еще удар» | 2 |
| 21 | «Удар по воротам» | 2 |
| 22 | «Обратный поезд» | 2 |
| 23 | «Точно в ворота» | 2 |
| 24 | «Бег с мячом» | 2 |
| 25 | «Мини футбол» | 2 |
| 26 | «Бег с мячом» | 2 |
| 27 | «День футбола» | 2 |
| 28 | «Учимся играть в футбол» | 2 |
| 29 | «Кто больше отобьет» | 2 |
| 30 | «Вперед с мячом» | 2 |
| 31 | «Ловкость ног» | 2 |
| 32 | «Ловкость ног» | 2 |
| 33 | «Вперед с мячом» | 2 |
| 34 | «Учимся играть в футбол» | 2 |
| 35 | «Лови, бросай, падать не давай» | 2 |
| 36 | «Мяч в ворота» | 2 |
| | Всего | 72 |

упражнение «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу.

15. «Ловкость ног». Ведение мяча по прямой правой, левой ногой. Ведение мяча между ориентирами. Игровые упражнения: «Точный удар» - игра в парах (удар по неподвижному мячу). П/и: «Пустое место».

16. «Игра Стоп». Ведение мяча по прямой правой, левой ногой. Игровые упражнения: «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно; «Не выпускать мяч из круга».

17. «Не пропусти мяч». Ведение мяча в прямом направлении на скорость. Игровое упражнение «Вокруг света» - удар мяча о стену и обратно. Игра в футбол.

18. «Ловкий вратарь». Игровое упражнение «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. П/и «Ловкий оленевод». Игра в футбол.

19. «Пингвины с мячом». Удары по воротам. Игровое упражнение: «Не выпускать мяч из круга». Игра в футбол.

20. «Удар, еще удар». Передача мяча ногой по кругу. П/и «Меткий стрелок». Игра в футбол.

21. «Удар по воротам». Техника передвижения ведения мяча. Игра в футбол.

22. «Обратный поезд». Передача мяча партнеру. Игра в футбол.

23. «Точно в ворота». Ведение мяча между ориентирами. Игра в футбол.

24. «Бег с мячом». Передача мяча друг другу стоя на месте. Игра в футбол.

25. «Мини футбол». Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад).

26. «Бег с мячом». Игровое упражнение «Туннель» - прокатывание мяча между ног.

27. «День футбола». «Лови, бросай - падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу.

28. «Учимся играть в футбол». Техника передвижения. Ведение мяча в прямом направлении на скорость. Игровое упражнение «Вокруг света» - удар мяча о стену и обратно.

29. «Кто больше отобьет». Удар по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. Игровое упражнение «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. П/и «Ловкий оленевод». Игра в футбол.

30. «Вперед с мячом». Передача мяча по кругу. П/и «Меткий стрелок». Игра в футбол.

31. «Ловкость ног». Ведение мяча, ведение мяча змейкой – 10м, не теряя мяча (ведение мяча осуществляется последовательными толчками внутренней стороной стопы). Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад).

32. «Ловкость ног». Передача мяча в тройках. Игровое упражнение «Вперед с мячом» - удар по неподвижному мячу

33. «Вперед с мячом». Техника владения мячом (перемещение, ведение, удар, остановка, отбор).

34. «Учимся играть в футбол». Ознакомление с обманными движениями. П/и «поймай мяч». Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.

35. «Лови, бросай, падать не давай» . Введение мяча, ведение мяча змейкой – 10м, не теряя мяча (ведение мяча осуществляется последовательными толчками внутренней стороной стопы, поочередно, то правой, то левой ногой).

36. «Мяч в ворота». Введение мяча с изменением направления, остановка мяча, отбор.

Использованная литература

Основная литература:

1. Алямовская В.Г. «Контроль за физической подготовленностью дошкольников» 1993 г
2. Бидзинский М. «Искусство первого касания мяча» 2009 г
3. Бюген М.М. «Обучение двигательным действиям» М., 1985 г

Дополнительная литература:

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

№39 «Достык» бобекжай-балабакшасы» МКҚК

менгерушісі:  Г.Т.Амирова

