(cc) BY

Степанец Анастасия Витальевна
инструктор по физической культуре
Самохина Ольга Николаевна
инструктор по физической культуре
АНО ДО «Планета детства «Лада» –
Д/С №160 «Дубравушка»
г. Тольятти, Самарская область

К ВОПРОСУ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «ФУТБОЛЬНАЯ ПЛАНЕТА» В ДЕТСКОМ САДУ

Аннотация*: в статье раскрываются подходы к организации спортивной игры футбол с дошкольниками: целесообразность, принципы, методика построения занятий по футболу. Авторы отмечают положительную роль футбола в приобщении детей к регулярным занятиям спортом, формировании и развитии личностных и физических качеств дошкольников.*

Ключевые слова*: Концепция дополнительного образования, физическое развитие дошкольников, личностное развитие дошкольников, технические умения, игра в футбол, детский спорт.*

В соответствии с положениями Закона «Об образовании», Концепцией развития дополнительного образования детей, требованиями к программам дополнительного образования детей дошкольного возраста в детском саду №160 «Дубравушка» г. Тольятти была разработана дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Футбольная планета», которая нацелена на привлечение детей к занятиям доступным и популярным видом спорта – футболом.

Футбол очень популярен среди детей и служит прекрасным средством воспитания, приобщения их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни. Игра в футбол в наибольшей степени способствует разностороннему физическому развитию детей, совершенствованию навыков большинства ос-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

новных движений и физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости и т. д.). При передвижении по площадке ребенок упражняется в беге с ускорением, с изменением направления, в беге в сочетании с ходьбой, с прыжками, в беге с остановкой, в беге с приставным шагом (лицом вперед, спиной вперед, в стороны) и т. д. Дошкольник выполняет эти движения в постоянно изменяющейся обстановке, что способствует формированию умения детей самостоятельно применять движения в зависимости от условия игры: самостоятельно подобрать соответствующий способ движения, найти удобное место для его осуществления.

В игре в футбол наряду с двигательными навыками и физическими качествами развиваются личностные качества детей. Успех в сложной борьбе на футбольном поле приходит только к тем, кому удается проявить множество самых разных качеств. Чтобы победить в непосредственном споре с соперником, необходимо быть смелым, настойчивым и терпеливым, обладать волей, необходимой для ведения упорной борьбы.

Необходимо отметить большое достоинство футбола с точки зрения педагогики, которое заключается в его командном характере, что развивает у футболистов дух коллективизма. Игрокам предоставляют бесчисленные возможности для использования собственных идей в интересах всей команды.

Новизна программы заключается в: разработке системы игр и упражнений по обучению детей дошкольного возраста элементам игры в футбол; разработке перспективного плана обучения детей дошкольного возраста игре в футбол; разработке инструментария оценки достижений личности (профиль уровня сформированности у детей дошкольного возраста основных технических умений игры в футбол).

Педагогическая целесообразность программы в том, что она формирует физически развитую, работоспособную, психически уравновешенную личность, способствует ведению здорового образа жизни, воспитывает патриотизм.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Цель программы: приобщение детей к систематическим занятиям спортом посредством овладения техническими, тактическими и практическими навыками игры в футбол.

Задачи программы: знакомство с историей возникновения футбола; знакомство с правилами игры в футбол; овладение технико-тактическими навыками игры в футбол; развитие координации движений; развитие волевых качеств; формирование умения работать в команде; формирование спортивной дисциплины; воспитание уважительного отношения к сопернику, толерантности; воспитание патриотизма.

Принципы построения программы и её реализация в работе с детьми дошкольного возраста:

– *принцип всестороннего и гармонического развития личности.* Он содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое развитие личности ребенка;

– *принцип доступности и индивидуализации*. С учетом уровня индивидуальной подготовленности ребенка, его двигательных способностей и состояния здоровья намечаются пути совершенствования двигательных навыков, построения двигательного режима, приобщения к разным формам двигательной деятельности;

– *принцип осознанности и активности* направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм;

– *принцип активности* предполагает в ребенке высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества;

– *принцип систематичности и последовательности*. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению нового движения и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Сочетание высокой активности и отдыха в разных формах двигательной деятельности ребенка повышает их эффективность, что выражается в

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

динамичности закономерных изменений содержания и формы параметров функциональных нагрузок от занятия к занятию, от этапа к этапу;

– *принцип цикличности* заключается в повторяющейся последовательности занятий, что обеспечивает повышение тренированности, улучшает физическую подготовленность ребенка;

– *принцип наглядности* предназначен для связи чувствительного восприятия с мышлением. Непосредственная наглядность выражается в показе педагогом разучиваемого двигательного действия. Опосредованная наглядность представлена демонстрацией пособий, кино- и видеофильмов, фотографий и т. д., обеспечивающих представление о выполняемом действии.

Срок реализации, объём программы: программа рассчитана на 3 года освоения: средний дошкольный возраст (4–5 лет, 38 часов), старший дошкольный возраст (5–6 лет, 46 часов) и подготовительный к школе возраст (6–8 лет, 48 часов).

Формы и режим занятий: беседы, объяснения, разбор игровых эпизодов; практические занятия в зале, на футбольном поле, соревнования.

Занятия проводятся 1 раз в неделю в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049–13: с детьми 4–5 лет не более 20 минут, в первой половине дня; с детьми старшей и подготовительной к школе группах не более 25–30 минут, в первой либо во второй половине дня. Наполняемость группы 10–12 человек. Группы формируются одновозрастные.

Методика построения занятий по футболу. Занятия состоят из 3 частей. Продолжительность каждой части занятия соответствует возрасту.

I. Вводная часть (3–5 мин) в основном решает задачу подготовки занимающихся к сознательному и активному выполнению главных задач занятия в психологическом и физиологическом плане. Психологическая подготовка заключается в сосредоточении внимания занимающихся на решении основных задач с помощью физических упражнений и заданий на внимание. Физиологическая подготовка имеет целью достижение готовности организма юных футболистов к последующим более интенсивным и значительным нагрузкам и выполнению основных задач занятия. Для этого используются разнообразные об-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

щеразвивающие и подготовительные упражнения: обучение строевым упражнениям, формирование правильной осанки, развитие отдельных физических качеств. Физическая нагрузка в вводной части не должна вызывать у занимающихся утомления до работы над основным материалом. Вводная часть начинается с построения юных футболистов, рапорта капитана команды и постановки педагогом задач.

II. В основной части (10–20 мин) в условиях оптимальной работоспособности занимающихся решаются основные задачи. В начале основной части проводится обучение новому материалу. Закрепление и совершенствование приемов осуществляются в середине или ближе к концу основной части занятия. Упражнения на развитие физических качеств планируются здесь в такой последовательности: вначале – упражнения на проявление скоростно-силовых качеств, тонкой координации, ловкости; в конце – упражнения, развивающие силу и выносливость. Основная часть занятия может иметь как относительно несложную структуру, если содержание учебного материала однородно (например, разучивание удара серединой подъема и игровое упражнение с использованием данного приема), так и сложную, состоящую из нескольких частей (например, разучивание тактической комбинации «стенка», упражнения с отягощениями, упражнения на выносливость).

III. Заключительная часть (3–5 мин) преследует цель достижения перевода организма занимающихся из состояния повышенной функциональной активности в относительно спокойное состояние. Средствами этого служат строевые упражнения, упражнения на формирование правильной осанки, медленный бег, ходьба, упражнения на расслабление мышц, жонглирование мячом различными частями тела. Обучение детей основным приемам владения мячом в игровых условиях должно иметь целью достижение разносторонней двигательной подготовленности детей, а также отработки технических приёмов футбола в доступной форме.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Список литературы

1. Алиев Э.Г. Мини-футбол в ДОУ / Э.Г. Алиев, С.Н. Андреев, О.С. Андреев. – М.: Советский спорт, 2014. – 132 с.

2. Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания / В.А. Круглыхин, М.А. Грибачева. – М.: Спорт, 2009. – 248 с.

3. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М.: Владос, 2003.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)