**Муниципальное автономное учреждение**
**дополнительного образования**
**Дворец творчества детей и молодежи**
**муниципального образования г. Братска**

РАССМОТРЕНО:
Заседание МС
МАУ ДО «ДТДиМ» МО г. Братска
Протокол № _11___
от «_29_» __05_____2023
Председатель МС,
зам. директора по НМР:
Коновалова О.Н.

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МАУ ДО «ДТДиМ»
МО г. Братска
Мельник О.В.
Приказ № _642_
от «_31__» __05_____2023

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 008BFCEDF5AF377DCE667DE393FBF139C4
Владелец: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ" МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА БРАТСКА
Действителен: с 22.12.2022 до 16.03.2024

# ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

## «Футбол с папой»

**Направленность – физкультурно-спортивная**

**Срок реализации – 1 год**

**Возраст учащихся – 5 – 6 лет**

**Уровень - стартовый**

**Автор-разработчик:**
педагог дополнительного образования Носов М.М

Братск, 2023

## Пояснительная записка

Программа разработана на основании нормативно-правовых документов: Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. №273 «Об образовании в Российской Федерации», Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20), Приказ Министерства образования и науки РФ № 816 от 23 августа 2017 г. «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ», Приказ МАУ ДО «ДТДиМ» МО г. Братска № 326 от 01.04.2020 г. «Об утверждении положения об электронном обучении с применением дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных общеразвивающих программ муниципального автономного учреждения дополнительного образования Дворец творчества детей и молодежи города Братска». Программа «Футбол с папой» составлена на основе авторской программы «Футбол: программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ» авторов В.П. Савина, Г.Г. Удилова, Москва «Советский спорт» 2009 г.

**Направленность** физкультурно-спортивная.

**Уровень** – стартовый (ознакомительный), предполагает знакомство с основными представлениями, не требующими владения специализированными предметными знаниями и концепциями, участие в решении заданий и задач, обладающих минимальным уровнем сложности, необходимым для освоения содержания программы.

**Адресат программы**: учащиеся 5-6 лет по желанию, не имеющие медицинских противопоказаний.

Занятия физкультурой и спортом крайне важны для гармоничного развития ребенка-дошкольника. В организме 5-6 летнего ребенка интенсивно происходят процессы роста: повышается масса тела, укрепляется мускулатура, совершенствуются движения. Дети такого возраста, как правило, отличаются повышенной активностью, обладают устойчивой координацией, и могут выполнять несложные спортивные упражнения.

К этому возрасту, дошкольник уже освоил основные двигательные навыки, и вся его деятельность направлена на изучение окружающего мира. Это возраст активности, веселых игр, ярких эмоций. Именно в этот период у детей интенсивно развиваются координационные и другие физические навыки, поэтому родителям очень важно обеспечить своим чадам возможность каждый день учиться чему-то новому.

**Актуальность.**

Тема приобщения ребенка к физической культуре и спорту всегда была актуальной. Не утратила она актуальности и сейчас, в наш век Digital-технологий, когда дошкольники могут часами просиживать за компьютером или планшетом. А ведь дети гораздо больше, чем взрослые, испытывают необходимость в подвижных играх. В процессе движения ребенок познает окружающий мир, у него формируются ловкость и сила, и именно в возрасте 5-6 лет закладываются основы здоровья и гармоничного физического развития.

Физическое воспитание детей – это педагогический процесс, который направлен на охрану и укрепление здоровья, нервной системы, совершенствования форм и функций организма, на основе двигательных навыков и умений. Физическое воспитание неразрывно связано с другими видами воспитания: нравственным, гуманистическим, эстетическим, умственным, трудовым. Каждая семья хочет иметь здорового ребенка. Пожалуй, не найдется родителей, которые не желали бы, чтобы их дети были крепкими, умными и красивыми, чтобы в будущем они сумели занять достойное место в обществе. Программа «Футбол с папой» - дает великолепную базу для решения задачи по развитию в детях силы, ловкости, координации, удовлетворению потребности в движении, в тактильном и психологическом общении с взрослыми и детьми, для повышения социальной адаптации и укрепления здоровья.

Понимание воспитательной ценности физической культуры – важное условие процесса физического воспитания учащихся и формирования их умений самостоятельного овладения ценностями физической культуры, отношения к здоровому образу жизни, потребности двигательной активности.

**Отличительная особенность** данной программы в том, что занятия проходят совместно с родителями, что помогает лучшей адаптации ребенка, так как у детей младшего возраста еще не сформирована саморегуляция, поэтому требуется больше внимания. Выполнение совместных упражнений, участие в игровых мероприятиях помогает родителям понять принципы тренировки и задачи обучения и мотивирует детей на активную деятельность.

В программе предусмотрено изучение государственной символики через знакомство со значимыми событиями в истории государства и использованием государственной символики как отличительных знаков государства. В качестве основных обучающих методов при изучении государственной символики используются с учетом возрастных особенностей учащихся объяснительно-иллюстративные (рассказ), игровые технологии.

**Сроки реализации программы**

Программа рассчитана на 1 год обучения с общим количеством часов 72. Занятия проводятся 1 раз в неделю 2 часа (длительность занятия 45 мин). Форма обучения – групповая. Состав учебных групп: 12 человек.

К данной программе разработан Модуль дистанционного обучения, который предусматривает возможность перехода на электронное обучение с применением дистанционных технологий в зависимости от эпидемиологической обстановки (Реализация программы в условиях дистанционного режима проводится с использованием платформы Microsoft Teams, электронных почт, электронных образовательных ресурсов по изучаемым темам, Google класса) *Приложение 3.*

В дополнительной общеразвивающей программе «Футбол с папой» предоставляется возможность включения в группу детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов при создании специальных условий с учетом особенностей психофизического развития указанных категорий обучающихся в соответствии с заключением психолого-медико-педагогической комиссии.

**Цель программы:** содействовать укреплению физического здоровья детей дошкольного возраста средствами футбола, с участием родителей в учебном и воспитательном процессах.

| Задачи | Планируемые результаты |
|---|---|
| ***Обучающие:***<br>• формировать начальные представления о видах спорта (футбол и т.д.);<br>• формировать первоначальные умения игры в футбол. | ***Предметные:***<br>• учащийся имеет представление о видах спорта (футбол и т.д.) и правилах игры в футбол и т.д.<br>• умеет играть в футбол, в соответствии с возрастными особенностями и при сопровождении родителей; |
| ***Развивающие:***<br>• развивать опорно-двигательный аппарат (формирование правильной осанки, координации движения, развития равновесия, укрепление мышечного корсета) посредством овладения комплексом элементарных физических упражнений;<br>• формировать у детей эмоционально-положительное отношение к выполнению физических упражнений и к участию в подвижных играх.<br>• способствовать формированию умения взаимодействовать с детьми и родителями в коллективных подвижных играх | ***Метапредметные:***<br>• учащийся умеет выполнять определенные физические упражнения, нацеленные на укрепление мышечного корсета и формирование правильной осанки и умения держать равновесие.<br>• проявляет эмоционально-положительное отношение к выполнению физических упражнений, к взаимодействию с родителями и к участию в подвижных играх.<br>• проявляет умение взаимодействовать с другими детьми и родителями в коллективных подвижных играх. |
| ***Воспитательные:*** | ***Личностные:*** |

| | |
|---|---|
| • развивать личностные качества учащегося (терпение, целеустремленность, выносливость) | • проявляет личностные качества (терпение, целеустремленность, выносливость) |

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| № п | Разделы | Количество часов | | | Форма аттестации |
|---|---|---|---|---|---|
| | | всего | теории | практики | |
| **1** | Организац. работа по набору групп | **4** | **-** | 4 | |
| **2** | Входящий контроль | **1** | **-** | 1 | практическое тестирование Анкет. родит |
| **4** | Футбол | **56** | 2 | 54 | |
| **7** | Ручной мяч | **4** | 1 | 3 | |
| **8** | Подвижные игры | **5** | - | 5 | |
| **9** | Промежуточная аттестация | **2** | - | 2 | практическое тестирование Анкет. родит, игра |
| | **ИТОГО** | **72** | **9** | **63** | |

## Календарный учебный график

| **Разделы / месяц** | сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Организационная работа | 4 | | | | | | | | |
| Входящий контроль | 1 | | | | | | | | |
| Футбол | 3 | 7 | 7 | 7 | 6 | 7 | 9 | 6 | 4 |
| Ручной мяч | | | | | | | | 2 | 2 |
| Подвижные игры | | 1 | 1 | 1 | | 1 | 1 | | |
| **Промежуточная аттестация** | | | | | | | | | 2 |
| Всего | 8 | 8 | 8 | 8 | 6 | 8 | 10 | 8 | 8 |

## Содержание программы

Организационная работа по набору и формированию группы – **4 часа**

Входящий контроль – 1 час.

**Футбол (56 часов)**

1. *Теоретические сведения. В учебно-тренировочном процессе.*

- Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях футболом.
- Оборудование места занятий, инвентарь.
- Правила игры.
- Контроль и самоконтроль за самочувствием при занятиях на улице.

2. *Общефизическая подготовка.*

- Упражнения для развития ловкости.

- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.
- Упражнения для ног, рук и плечевого пояса.
- Упражнения для развития специальной выносливости.

3. *Специальная физическая подготовка.*

- Упражнения для развития специальной выносливости.
- Упражнения для развития игровой ловкости.
- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.
- Упражнения для развития чувства мяча.
- Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 20 м. (из различных положений) лицом, боком, спиной вперёд.

4. *Техническая подготовка.*

- Обучение технике передвижений.
- Остановка мяча, передачи, броски по воротам.
- Сочетание технических приёмов (ведение-передача, отбор-передача и т.д.)

5. *Тактическая подготовка. В учебно-тренировочном процессе.*

*Тактика нападения.*

- Групповые взаимодействия.
- Индивидуальные действия.
- Командные действия.

*Тактика защиты.*

- Индивидуальные действия.
- Групповые действия.
- Командные действия.

**Ручной мяч (4 часа)**

1. *Теоретические сведения. В учебно-тренировочном процессе.*

- Правила техники безопасности при выполнении упражнений

2. *Общефизическая подготовка.*

- Упражнения для развития ловкости.
- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.
- Упражнения для ног, рук и плечевого пояса.
- Упражнения для развития специальной выносливости.

3. *Специальная физическая подготовка.*

- Упражнения для развития специальной выносливости.
- Упражнения для развития игровой ловкости.
- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.
- Упражнения для развития чувства мяча.
- Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 20 м. (из различных положений) лицом, боком, спиной вперёд, торможения.

4. *Техническая подготовка.*

- Остановка мяча, передачи, броски по воротам.
- Сочетание технических приёмов (ведение-передача, ведение-бросок-добивание, отбор-передача и т.д.)

5. *Тактическая подготовка. В учебно-тренировочном процессе.*

- Индивидуальные действия.
- Командные действия.

**Подвижные игры (5 час)**

– Подвижные игры на развитие быстроты, ловкости
– Подвижные игры на развитие координации движений
– Подвижные игры на развитие силы и выносливости
– Подвижные игры на развитие гибкости
– Подвижные игры с родителями

*«Быстрые ноги»*

Участники каждой команды строятся за линией старта в колонну по одному, в руках у направляющих эстафетные палочки. По сигналу младший игрок команды выбегает из-за стартовой линии, бежит по прямой до поворотной стойки, обегает ее, возвращается к своей команде и передает эстафетную палочку следующему участнику маме, а сам становится в конец своей колонны, мама обегает поворотную стойку, оббегает её, возвращается и передаёт эстафетную палочку папе, папа продолжает эстафету. Побеждает та команда, которая быстрее справится с заданием.

*«Ходьба с мешочками на голове»*

Каждой команде выдается мешочек с песком. Первый участник идет с мешочком на голове до стойки, обходит ее и идет обратно, передает мешочек следующему участнику. Побеждает та команда, которая быстрее справится с заданием.

*«Баскетбол»*

Родители сажают ребенка на плечи, подают баскетбольный мяч. Ребенок должен броском попасть в баскетбольное кольцо. На команду по пять попыток, считается количество попаданий.

**Промежуточная аттестация – 2 часа.**

## ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

К данной программе разработана система мониторинга образовательных результатов учащихся, которая состоит из следующих видов контроля:

***Входящий*** – осуществляется в начале учебного года в форме практического тестирования на уровень физического развития (челночный бег, прыжки с места) и анкетирования родителей для осуществления обратной связи (**Приложение 1**).

Уровень физического развития определяется по таблице В.И. Лях, которая адаптирована к дошкольному возрасту 5-6 лет. Уровень выполнения упражнений переводится в балл (низкий – 1, средний – 2, высокий – 3) и результат заносится в таблицу:

Таблица входящего контроля

| № | Фамилия, Имя учащегося | Челночный бег | Прыжки с места | Ведение мяча | Итоги |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | | | | | |

***<u>Текущий</u>*** – осуществляется на учебных занятиях через наблюдение педагогом и подведение итогов в соответствии с поставленными задачами.

***<u>Промежуточная аттестация</u> по результатам освоения программы*** – в конце учебного года в форме практического тестирования и игры в рамках итогового занятия, на котором дошкольники демонстрируют результаты освоения программы.

На итоговом занятии проводится:

- тестирование на технику владения мячом по бальной системе;
- тестирование на уровень физического развития (обманные движения, челночный бег, прыжки с места) по балльной системе;
- командные игры с участием родителей;
- анкетирование родителей для получения обратной связи (**Приложение 1**).

**Критерии оценивания:**

***Техника владения мячом***

***Высокий (3 балла):*** Уверенно останавливает мяч, ударяет по неподвижному мячу, выполняет короткий пас.

***Средний (2 балла):*** Уверенно ударяет по неподвижному мячу, выполняет короткий пас.

***Низкий (1 балл):*** Уверенно ударяет по неподвижному мячу.

***Уровень физического развития*** оценивается по таблице В.И. Лях, которая адаптирована к дошкольному возрасту 5-6 лет. Определяется уровень выполнения упражнения и переводится в балл (низкий – 1, средний – 2, высокий – 3), и заносится в таблицу оценивания результатов учащихся.

Таблица уровня физического развития В.И. Лях

| № п/п | Физические способности | Контрольное упражнение (тест) | Возраст, лет | Уровень | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Мальчики | | | Девочки | | |
| | | | | 1 б. | 2 б. | 3 б. | 1 б. | 2 б. | 3 б. |
| 1 | Координационные | Челночный бег 3х10 м, с | 5<br>6 | 12,4 и более<br>12,2 | 12,0-11,5<br>11,9-11,3 | 11,1 и менее<br>10,8 | 12,4 и более<br>12,2 | 12,0-11,5<br>11,9-11,3 | 11,1 и менее<br>10,8 |
| 2 | Скоростно-силовые | Прыжок в длину с места, см | 5<br>6 | 70-74 и менее<br>80-84 | 75-79<br>85-89 | 80 и более<br>90 | 70-74 и менее<br>80-84 | 75-79<br>85-89 | 80 и более<br>90 |
| 3 | Обманные движения | Ведение змейкой | 5-6 | частично | Ведёт с 1 ошибкой | Отлично ведёт без ошибок | частично | Ведёт с 1 ошибкой | Отлично ведёт без ошибок |

***Уровень игровых умений и взаимодействия в группе***

3 б. – учащийся проявляет положительное умение взаимодействовать с родителями в течение учебного занятия; умение взаимодействовать с

другими детьми и родителями в коллективных подвижных играх; эмоционально-положительное отношение к выполнению физических упражнений, к участию в подвижных играх.

2 б. – учащийся проявляет положительное умение взаимодействовать с родителями в течение учебного занятия; умение взаимодействовать с другими детьми и родителями в коллективных подвижных играх.

1 б. – учащийся проявляет положительное умение взаимодействовать с родителями в течение учебного занятия; испытывает сложности при взаимодействии с другими детьми и родителями в коллективных подвижных играх

Таблица оценивания результатов учащихся

| № | Фамилия, Имя учащегося | Техника владения мячом | Обманные движения | Челночный бег | Прыжки с места | Взаимодействие в группе | Итоги |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. | | | | | | | |

***Уровни освоения программы:***

**От 11 до 15 баллов** – освоил программу на ***высоком уровне***.

**От 6 до 10 –** освоил программу на ***среднем уровне***.

**До 5 –** программу на уровне ***ниже среднего***.

Результаты промежуточной аттестации сравниваются педагогом с планируемыми результатами, и делается вывод о степени освоения программы учащимися.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

***Алгоритм учебного занятия***. Основной формой практических занятий является игра, которая строится по общепринятой схеме.

Теоретические знания предоставляются в форме короткой информации (пояснения с практическим показом правил выполнения упражнений, действий, игр) и занимают по времени не более третьей части занятия.

Каждое практическое занятие состоит из 3 частей:

– подготовительной (разминка, мотивация к занятию, подвижные игры),

– основной (развитие физических качеств организма, обучение приемам и технике футбола),

– заключительной (ходьба, медленный бег, упражнения на внимание, на осанку, подведение итогов, домашнее задание).

При реализации программы применяются ***игровая*** (*П.И. Пидкосистый*) ***и здоровьесберегающая технологии,*** которые являются ведущими.

Данные технологии позволяют дошкольникам уверенно играть в футбол (на их уровне), применять правила игры, у них формируется устойчивый интерес к занятию спортом. У детей наблюдается положительная динамика развития физических качеств, расширение двигательных навыков, умений. В программе учитываются индивидуальные физические особенности и возможности каждого учащегося, соблюдение правильного режима физических нагрузок, характерных для разного возраста учащихся.

***Формы*** обучения (организации образовательного процесса): коллективная, групповая, парная, индивидуальная.
***Виды обучения*** (формы организации учебного занятия): занятие-игра, эстафета для детей и родителей, конкурс.

Используются ***методы*** обучения**:**

- Методы формирования сознания учащегося: показ, объяснение, инструктаж, разъяснение.
- Методы формирования деятельности и поведения учащегося: самостоятельная работа; иллюстрация.
- Активные игровые методы: игровой самомассаж, подвижные игры, игры-путешествия.
- Методы стимулирования познания и деятельности: поощрение, контроль, самоконтроль, оценка, самооценка, вручение подарка, одобрение словом.
- Методы поощрения: благодарность, благодарственное письмо родителям, устное одобрение.
- Методы создания ситуации успеха учащегося: авансирование успешного результата, внесение мотива, скрытое инструктирование ребенка.

***Метод «Авансирование успешного результата».*** Помогает педагогу выразить свою твердую убежденность в том, что его учащийся обязательно справиться с поставленной задачей. Это, в свою очередь, внушает ребенку уверенность в свои силы и возможности.
"У вас обязательно получится".
"Я даже не сомневаюсь в успешном результате".

***Метод «Внесение мотива».*** Показывает ребенку ради чего, ради кого совершается данная деятельность, кому будет хорошо после выполнения.
"Без твоей помощи твоим товарищам не справиться..."

***Метод «Скрытое инструктирование ребенка»*** в способах и формах совершения деятельности. Помогает ребенку избежать поражения.
Достигается путем намека, пожелания.
"Возможно, лучше всего начать с....."
"Выполняя работу, не забудьте о....."

В рамках внедрения компетентностного подхода в образовательный процесс в течение учебного года учащиеся решают компетентностные задания для формирования учебно-познавательной, коммуникативной и социальной компетентностей (**Приложение 2**).
***Дидактические материалы и методические*** продукты включены в разработанный к программе УМК и ЭУМК и включают:

- планы-конспекты, согласно тем учебных занятий;
- дидактические материалы (раздаточные, задания, плакаты для обучения различным двигательным действиям, подвижные игры);
- сценарии досугово-развивающих, воспитательных мероприятий, родительских собраний и т.д.;
- таблицы мониторинга.

***Электронные образовательные ресурсы:***

1. Образовательные сайты для учителей физической культуры http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
2. Сайт "Я иду на урок физкультуры" http://spo.1september.ru/urok/
3. Сайт «ФизкультУра» http://www.fizkult-ura.ru/
4. газета "Здоровье детей" http://zdd.1september.ru/ -
5. Спортивное право. База данных, содержащая нормативные и законодательные акты, регулирующие правовые, организационные, экономические и социальные отношения в сфере физической культуры и спорта http://sportlaws.infosport.ru
6. Журнал "Теория и практика физической культуры" www.edunet.uz/media/e-resource/detail.php
7. Правила различных спортивных игр http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm
8. Журнал «Теория и практика физической культуры» http://lib.sportedu.ru/Press/TRFK/2006N6/Index.htm
9. Правила различных спортивных игр - http://sporttenles.boom.ru
10. Газета «Здоровье детей» http://zdd.1september.ru/

**Организационно-педагогические условия реализация программы**

***Материально – техническое обеспечение программы:***

Для обеспечения качественного образовательного процесса при реализации программа «Футбол с папой» требуется:

- спортивный зал;
- стадион;

Спортивный инвентарь:

- мячи футбольные - 10 шт.
- гимнастические коврики - 10 шт.
- гимнастические маты - 8 шт.
- мячи размера гандбольного мяча - 2 шт.

Спортивное оборудование:

– гимнастические маты;
– футбольные ворота малые;
– футбольные ворота большие;
– скамейки.

Музыкальные произведения в записи;

***Кадровое обеспечение:*** программу реализует педагог дополнительного образования.

Родители приобретают для учащихся: защиту, ролики, коньки, клюшку, шлем и могут принять участие в формировании призового фонда при проведении спортивных мероприятий Дворца с участием их детей.

**Список литературы**

**Для педагога:**


1. Козак О.Н. Летние игры для больших и маленьких, С-П., 1997.
2. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. - М.: АРКТИ, 2004.
3. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. - М.: ТЦ Сфера, 2003.
4. Елесина Т.В. Игры в летнем лагере. - Чебоксары, 1991.
5. Елкина Т.И. и др. 1000 загадок. - Ярославль, 1999.
6. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. - М., 1997.
7. Валентинов В. И др. Энциклопедия веселой компании.- СПб., 2000.


**Для учащихся и родителей:**


1. Гиффорд, К. Все о футболе / К. Гиффорд. - Москва: АСТ, Астрель, Кладезь, 2006. - 881 с.
2. Как научиться играть в футбол. - Москва: Харвест, 2013. - 830 с.
3. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол. Школа технического мастерства для молодых / Х. Вайн. - Москва: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2004. - 244 с.
4. Кук, М. Самый популярный в мире учебник футбола / М.Кук , Д.Шоулдер. - М.: Астрель, 2012. - 459 с.
5. Моя первая книга про футбол. - Москва: АСТ, 2013. - 958 с.
6. Решетников, Н.В. Физическая культура: Учебник / Н.В. Решетников. - Москва: Академия, 2018. - 288 с.
7. Спорт: детская энциклопедия. – Москва: АСТ, Астрель, 2001. – 448 с.: ил. – (Я познаю мир).
8. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. В.Я. Кикотия, И.С. Барчукова. - Москва: Юнити, 2017. - 288 с.
9. Футбол: энциклопедия для детей . - Москва: АСТ, Астрель, 2002. – 395 с.: ил. – ( Я познаю мир).

**Приложение 1**

## Анкета для родителей

Уважаемые родители! Просим Вас ответить на вопросы анкеты. Внимательно прочитайте вопрос и выберите подходящий ответ (подчеркните). Если на один вопрос Вы можете дать несколько ответов, пронумеруйте их по степени значимости.

1. Как вы считаете, какими характерными для спортсмена качествами обладает ваш ребенок?
    - терпение
    - целеустремленность
    - выносливость
2. Как вы считаете, испытывает ли ваш ребенок трудности при взаимодействии
    - с другими детьми
    - с взрослыми
    - с родителями
3. Как вы считаете, проявляет ли ваш ребенок интерес
    - к выполнению физических упражнений
    - к участию в подвижных играх

**Приложение 2**

**Пример компетентностного задания для учащихся семейной группы «Футбол с папой» 6 лет.**

Задание № 1

Мотивация: Мама на работе, папа в командировке. Сергей Львович ждет тебя на тренировку по футболу, которую ты не можешь пропустить.

Задачная формулировка: У вас набор элементов одежды, обуви, которые могут вам пригодиться. Собери себя на тренировку по футболу.

**Протокол возрастная группа: дошкольники 6-7 лет**

| № | Ф.И. уч-ся | 1 шорты | 2 футболка | 3 бутсы | 4 гетры | 5 мяч | 6 щитки | 7 сумка | Итого |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

10

1

**Приложение 3**

МОДУЛЬ
Дистанционного обучения
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
«Футбол с папой»

## Пояснительная записка

Программа Модуля дистанционного обучения составляется на основе дополнительной общеразвивающей программы «Футбол с папой» по данному очному курсу.

Отличие Модуля дистанционного обучения от программы очного курса это внутреннее распределение часов по типам занятий:

- вместо практических занятий в спортивном зале – работа проводится в режиме online-консультаций;
- online-консультации осуществляются через подключение к платформе Microsoft Teams;
- получение обратной связи ежедневно посредством чата в режиме реального времени через мессенджеры.

Актуальность создания модуля к дополнительной общеразвивающей программе «Футбол с папой» обоснована Приказом от 02.04.2020 № 410 «О мерах по реализации Указа Президента Российской Федерации от 02.04.2020 г. № 239 «О мерах по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия населения на территории Российской Федерации в связи с распространением новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» на основании п. 6.3 приказа «Обеспечить реализацию всех образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий» и п. 6.4 приказа «Продолжить взаимодействие между педагогическими работниками и обучающимися исключительно на основе дистанционных образовательных технологий».

Обучение по данному модулю позволит учащимся сохранить и поддержать свою физическую форму в условиях дистанционного образования.

Срок реализации Модуля – 2 месяца (16 часов).

Режим занятий – 1 раз в неделю по 2 часа.

Форма обучения – дистанционная.

Целевая группа учащихся – это дети дошкольного возраста, выполняющие задания совместно с родителями.

## Цель и задачи модуля

**Цель:** содействовать физическому развитию детей дошкольного возраста с участием родителей в условиях дистанционного обучения.

В процессе реализации данного модуля решаются следующие **задачи:**

**Обучающие:** развитие двигательных действий, нацеленных на укрепление здоровья, развитие основных физических качеств организма детей.

**Развивающие:** развивать опорно-двигательный аппарат (формирование правильной осанки, координации движения, развития равновесия, укрепление мышечного корсета) посредством овладения комплексом элементарных физических упражнений.

**Воспитательные:** формировать личностные качества (терпение, целеустремленность, выносливость).

## Предполагаемые результаты

**Предметные:** развиты двигательные действия, нацеленные на укрепление здоровья, развитие основных физических качеств организма детей.

**Метапредметные:** развит опорно-двигательный аппарат (правильная осанка, координация движения, развитие равновесия, укрепление мышечного корсета).

**Личностные:** проявляет личностные качества (терпение, целеустремленность, выносливость)

## Учебный план

| № | Содержание работы | Всего часов | Из них: | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | Теория | Практика | Диагностика |
| 1 | Вводное занятие | 16 | 0,5 | 0,5 | |
| 2 | Общеразвивающие упражнения | | | 8 | |
| 3 | Технические приемы с мячом | | | 6 | |
| 4 | Итоговое занятие | | | | 1 |

## Содержание программы модуля

1. **<u>Вводное занятие</u> – 1 час**

Занятие включает в себя знакомство учащихся с целевыми установками дистанционного обучения. Настройка платформы Microsoft Teams для дистанционного обучения и техника безопасности обучения в домашних условиях. Получение обратной связи от родителей.

2. **<u>Общеразвивающие упражнения</u> – 8 часов**

В практической части детям предлагается выполнить уже известные им упражнения. Основные упражнения – приседания, прыжки на месте на двух ногах, наклоны в стороны, махи руками.

- Упражнения для развития ловкости.
- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.
- Упражнения для ног, рук и плечевого пояса.
- Упражнения для развития специальной выносливости.
- Упражнения для развития специальной выносливости.
- Упражнения для развития игровой ловкости.
- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.

**3. Технические приемы с мячом – 6 часов**

- Упражнения для развития чувства мяча.
- Обучение технике передвижений.
- Остановка мяча, передачи, броски по воротам.
- Сочетание технических приёмов (ведение-передача и т.д.)

**4. Итоговое занятие – 1 час**

## Система оценивания

К данному модулю разработана система оценивания, которая включает в себя:

***Текущий контроль,*** который осуществляется на учебных занятиях через наблюдение педагогом и подведение итогов занятия в соответствии с поставленными задачами на занятии.

Контроль знаний при дистанционном обучении выполняется в режимах online и offline.

Режим online включает в себя фото и видео отчеты учащихся на правильность выполнения комплексов упражнений, с помощью синхронных и асинхронных (рассылки и т.д.) средств.

Диагностика осуществляется по средством работы на платформе Microsoft Teams, приложений при помощи родителей, в конце темы представляется видеоотчет по изучению материала.

***Итоговый контроль***, который проводится по окончанию обучения по данному модулю в форме итогового занятия, на котором дошкольники демонстрируют результаты освоения программы:

- тестирование на овладение комплексом физических упражнений
- тестирование на уровень физического развития

***Уровень физического развития*** оценивается по таблице В.И. Лях, которая адаптирована к дошкольному возрасту 5-6 лет. Определяется уровень выполнения упражнения и переводится в балл (низкий – 1, средний – 2, высокий – 3), и заносится в таблицу оценивания результатов учащихся.

## Таблица оценивания результатов учащихся

| № | Фамилия, Имя учащегося | Комплекс физических упражнений | Приседания | Прыжки с места | Итоги |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | | | | | |

***Уровни освоения программы:***
**От 8 до 9 баллов** – освоил программу на ***высоком уровне***.
**От 5 до 7 –** освоил программу на ***среднем уровне***.
**До 4 –** программу на уровне ***ниже среднего***.

Таблица уровня физического развития В.И. Лях

| № п/п | Контрольные упражнения (физ. тесты) | Возраст | Уровень | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | Низкий | Средний | Высокий |
| 1 | Приседания, (кол-во раз за 30сек) | 5<br>6 | 32<br>34 | 34<br>36 | 36<br>38 |
| 2 | Прыжок в длину с места, см | 5<br>6 | 70-74<br>80-84 | 75-79<br>85-89 | 80<br>90 |
| 3 | Кол-во самостоятельно выполненных упражнений | 5-6 | 1-2 | 3-5 | 6-7 |

## Условия реализации программы

Для успешной работы по данному модулю необходимы следующие условия:

**1. Кадровые:**

Учебный процесс должен организовывать квалифицированный педагог, имеющий среднее или высшее специальное образование и опыт педагогической деятельности.

**2. Материально-технические:**

- Наличие рабочего места
- Непрерывный доступ в Internet;
- Наличие программного обеспечения: Microsoft Teams.
- Наличие мессенджеров

**3. Методические:**

Продуктивность занятий по данному модулю во многом зависит от качества их подготовки. Перед каждым занятием педагог должен продумать план его проведения, просмотреть необходимую литературу, отметить новые термины и понятия, которые следует разъяснить учащимся, наметить

содержание беседы или рассказа, подготовить наглядные пособия, сделать подборку общеразвивающего материала.

Особое внимание следует уделять вопросам техники безопасности: обращать внимание обучающихся на возможные опасности, возникающие во время работы в домашних условиях, показывать безопасные приемы работы.

За 5-7 мин до конца занятия работу необходимо прекратить и подвести итоги, осуществить рефлексию.

**4. Требования к учащимся:** учащиеся должны посещать учебные занятия в онлайн-режиме согласно утвержденному расписанию и выполнять все практические задания в установленный срок. Все занятия проводятся при помощи родителей учащихся.

## Методическое обеспечение

Дистанционное образование – современная технология, которая позволяет сделать обучение более качественным и доступным. Это образование нового тысячелетия, теснейшим образом связанное с использованием компьютера, гаджета как инструмента обучения и сети Интернет как образовательной среды.

Учебная и воспитательная работа с учащимися осуществляется через Интернет посредством платформы Microsoft Teams, мессенджеров при помощи родителей в режиме online и offline.

Данная работа требует помощи родителей учащихся – ещё одно неотъемлемое условие реализации.

Одним из непременных условий успешной реализации курса является разнообразие форм и видов работы, которые способствуют общему развитию возможностей учащихся. С целью создания условий для самореализации детей используется:

- включение в занятия игровых элементов, стимулирующих инициативу и активность учащегося;
- моральное поощрение инициативы;
- регулирование активности и отдыха.

На каждое учебное занятие педагогом разрабатывается задание. В каждом занятии выделены основные элементы отработки. В конце темы предполагается выполнение видеоотчета учащимися (с помощью родителей).

## Электронные образовательные ресурсы:

Образовательные сайты для учителей физической культуры http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

Сайт "Я иду на урок физкультуры"

http://spo.1september.ru/urok/
Сайт «ФизкультУра» http://www.fizkult-ura.ru/
http://zdd.1september.ru/ - газета "Здоровье детей"
http://spo.1september.ru/ - газета "Спорт в школе"
http://sportlaws.infosport.ru Спортивное право. База данных, содержащая нормативные и законодательные акты, регулирующие правовые, организационные, экономические и социальные отношения в сфере физической культуры и спорта
www.edunet.uz/media/e-resource/detail.php
Журнал "Теория и практика физической культуры"
http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm
Правила различных спортивных игр http://sportrules.boom.ru/
http://www.nlr.ru/res/inv/ic_sport/index.php
http://lib.sportedu.ru/press/flevot/2005N6/Index.htm - Российский журнал «Физическая культура».
http://lib.sportedu.ru/Press/TRFK/2006N6/Index.htm - Журнал «Теория и практика физической культуры».
http://sporttenles.boom.ru – Правила различных спортивных игр.
http://zdd.1september.ru/ - Газета «Здоровье детей».
http://spo.1september.ru/ - Газета «Спорт в школе».
http://www.sport.ru/fieldhokkey/roc.ru - Федерация хоккея на траве.
http://www.fhr.ru – Федерация хоккея.
http://www.rusbandy.ru – Федерация хоккея с мячом.

## Список литературы

**Для педагога:**


8. Гриненко М.Ф., Решетников Г.С. Начинайте день с зарядки. – М.,1981.
9. Козак О.Н. Летние игры для больших и маленьких, С-П., 1997.
10. Подшибякин А.К. закаливание-залог здоровья. - М., 1981.
11. Гуревич И.А. Круговая тренировка при развитии физическиз качеств. - Минск, 1985.
12. Былеева А.В. Подвижные игры. – М.: ФиС, 1982.
13. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. - М.: АРКТИ, 2004.
14. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. - М.: ТЦ Сфера, 2003.
15. Готовцев П.И., Дубровский В.М. Самоконтроль при занятиях физической культурой.- М., 1984.
16. Елесина Т.В. Игры в летнем лагере. - Чебоксары, 1991.
17. Елкина Т.И. и др. 1000 загадок. - Ярославль, 1999.
18. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. - М., 1997.
19. Валентинов В. И др. Энциклопедия веселой компании.- СПб., 2000.


**Для учащихся и родителей:**


10. Гиффорд, К. Все о футболе / К. Гиффорд. - Москва: АСТ, Астрель, Кладезь, 2006. - 881 с.

11. Горский Л. Тренировка хоккеистов М., Физкультура и спорт. 1981.
12. Как научиться играть в футбол. - Москва: Харвест, 2013. - 830 с.Вайн, Х. Как научиться играть в футбол. Школа технического мастерства для молодых / Х. Вайн. - Москва: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2004. - 244 с.
13. Кук, М. 101 упражнение для юных футболистов: Возраст 12 – 16 лет / М. Кук; Пер. с англ. Л. Захоровича. – Москва: АСТ, Астрель, 2001. – 128 с.
14. Кук, М. Самый популярный в мире учебник футбола / М.Кук , Д.Шоулдер. - М.: Астрель, 2012. - 459 с.
15. Моя первая книга про футбол. - Москва: АСТ, 2013. - 958 с.
16. Решетников, Н.В. Физическая культура: Учебник / Н.В. Решетников. - Москва: Академия, 2018. - 288 с.
17. Спорт: детская энциклопедия. – Москва: АСТ, Астрель, 2001. – 448 с.: ил. – (Я познаю мир).
18. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. В.Я. Кикотия, И.С. Барчукова. - Москва: Юнити, 2017. - 288 с.
19. Футбол: энциклопедия для детей . - Москва: АСТ, Астрель, 2002. – 395 с.: ил. – ( Я познаю мир).