

Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 7
(МАДОУ детский сад 7)

ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета
Протокол от 02.09.2026 № 1

УТВЕРЖДЕНО

Приказом МАДОУ детского сада № 7
от 02.09.2026 № 55-о

**Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная
общеразвивающая программа
«Футбольный мяч для детей 6-7 лет»**

Срок реализации: 7 месяцев

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст: 6 - 7 лет

Автор-составитель:

Заместитель заведующего Федосова Т.В.

Педагог дополнительного образования Трапезников В.Ю.

Муниципальный округ город Бор
2026 год

Содержание

№	Раздел	стр.
1	Пояснительная записка	3
2	Учебный план	10
3	Календарный учебный график	10
4	Рабочая программа модулей	11
5	Воспитательный компонент	17
6	Оценочные материалы	20
7	Организационно-педагогические и материально-технические условия	23
8	Методические материалы	24
9	Приложения1	26
	Приложение 2	32
	Приложение 3	35

1. Пояснительная записка

«Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбольный мяч» имеет физкультурно - спортивную направленность и предназначена для детей 6–7 лет.

Приоритет отдан развитию физических качеств (ловкости, координации, быстроты) и освоению базовых двигательных навыков в футболе. Основным форматом работы являются практические занятия, игровые упражнения и мини – соревнования.

1.1. Направленность

Программа направлена на приобщение дошкольников к систематическим занятиям физической культурой посредством освоения элементов игры в мини - футбол, развитие физических качеств и формирование навыков командной игры в игровой форме, соответствующей возрастным возможностям детей. И решает задачи оздоровления, формирования культуры здорового образа жизни и безопасного поведения при физических нагрузках детей.

Программа «Футбольный мяч» соответствует **базовому уровню** освоения ДОП – ДОП.

1.2.Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность

Актуальность

Исследования в области теории и методики физического воспитания (В. К. Бальсевич, Е. Н. Вавилова) показывают, что в старшем дошкольном возрасте закладываются базовые координационные способности и двигательные шаблоны. Освоение действий с мячом (ведение, остановка, передача) именно в этот период дает устойчивый эффект и снижает риск закрепления ошибок в будущем.

Стандарты дошкольного образования делают акцент на физическом развитии и формировании культуры здоровья как одной из ключевых образовательных областей. Программа «Футбольный мяч» реализует эти требования через практико-ориентированные формы: подвижные игры, эстафеты, мини-соревнования, где ребенок осваивает правила безопасного поведения и навыки самоконтроля.

Актуальность программы также обусловлена запросом семьи и общества на раннюю социализацию детей. Социологические опросы родителей и педагогов показывают, что приоритетами в дополнительном образовании дошкольников являются развитие самостоятельности, умения работать в команде и эмоциональной регуляции. Футбол как командный вид спорта естественным образом формирует эти компетенции: распределение ролей, соблюдение правил, поддержка партнера, конструктивное отношение к ошибкам.

При этом актуальна и профилактика асоциального поведения и формирование позитивной мотивации к спорту. Раннее вовлечение в систематические занятия снижает риски девиантного поведения в подростковом возрасте и формирует устойчивую привычку к физической активности.

Для детей 6–7 лет особенно важна игровая мотивация: «Футбольный мяч» использует игровые сюжеты и систему малых достижений (значки, роли в команде), что поддерживает интерес и предотвращает раннее выгорание.

Таким образом, актуальность программы обусловлена рядом факторов:

- дефицит двигательной активности у современных дошкольников из-за роста экранного времени и снижения доли самостоятельных подвижных игр;
- важность «сенситивного периода» — возраст 6–7 лет оптимален для развития скоростно - силовых качеств, ловкости и координации, которые служат базой для дальнейшего физического развития;
- социальный запрос на здоровьесбережение — программа отвечает задачам национальных проектов и ФГОС ДО по формированию основ здорового образа жизни и профилактике гиподинамии;
- потребность в социализации — командные игры помогают детям учиться взаимодействовать, договариваться и соблюдать правила, что особенно важно в преддверии школьного обучения.

Педагогическая целесообразность

Подтверждается соответствием возрастным и образовательным стандартам:

- учет анатомо - физиологических особенностей — нагрузки дозируются с учетом незавершенного формирования опорно - двигательного аппарата, акцент делается на развитие крупных мышц и профилактику нарушений осанки;
- поэтапное освоение навыков — от простых действий с мячом (катать, ловить, бросать) к более сложным (ведение с изменением направления, передачи в парах), что соответствует принципу «от простого к сложному»;
- сочетание обучения и воспитания — в процессе игры формируются волевые качества (настойчивость, самоконтроль), а также навыки сотрудничества и уважительного отношения к партнерам;
- вариативность форм работы — чередование фронтальных, групповых и **индивидуальных заданий позволяет поддерживать оптимальную моторную плотность занятия** и вовлечённость всех детей.

Новизна

Новизна программы заключается в адаптации элементов мини - футбола под психофизиологические особенности детей 6-7 лет за счет:

- игрового метода подачи материала — технические элементы (ведение, остановка, удар по мячу) осваиваются через сюжетные и подвижные игры, а не через монотонные повторения;
- интеграции разных видов двигательной активности — в одно занятие включаются элементы общеразвивающих упражнений, ритмики и игровых эстафет, что поддерживает интерес и снижает утомляемость;
- дифференцированного подхода — задания варьируются по сложности и темпу с учетом индивидуального уровня развития моторики и координации каждого ребенка;
- использования нестандартного инвентаря (мячи разного размера и веса, мягкие барьеры, цветные конусы) для безопасного и эффективного формирования двигательных навыков.

На основе анализа текста программы «Футбольный мяч» можно выделить конкретные элементы инновационности. В отличие от большинства программ аналогичной направленности, где новизна сводится к организационным или методическим аспектам, в программе «Футбольный мяч» новизна заявлена через удовлетворение возрастной потребности в идентификации личности — определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации, сохранении и культивировании уникальности личности, создании условий для развития спортивной индивидуальности ребенка. Практически это выражается:

- в создании эмоционально значимой среды для переживания «ситуации успеха». Каждый ребенок получает возможность почувствовать себя успешным — не через сравнение с другими, а через собственный прогресс. Это особенно важно для возраста 5-6 лет, когда формируется и начинает понимать, что ему ближе. Это закладывает основу для осознанного выбора спортивной деятельности в будущем.

По содержанию программа разделена на пять модулей: «Общая физическая подготовка», «Специальная физическая подготовка», «Техническая подготовка», «Тактическая подготовка», «Игровая подготовка». Каждый модуль логически вытекает из предыдущего.

Также вместо традиционной шкалы «освоил/не освоил» используется три уровня: **«сформировано»** (выполняет все задания правильно), **«стадия развития»** (выполняет 50% заданий правильно), **«точка роста»** (выполняет отдельные элементы, некоторые правильно). Это позволяет педагогу видеть не просто факт освоения, а зону ближайшего развития каждого ребенка и выстраивать индивидуальную траекторию.

Промежуточная аттестация проводится после каждого модуля. Это обеспечивает оперативную обратную связь и возможность коррекции содержания для подгруппы или отдельного ребенка.

Календарный план воспитательной работы представлен как часть программы. Это связывает воспитательные задачи с конкретными мероприятиями по месяцам и неделям, что обеспечивает системность воспитания.

Дошкольное учреждение активно работает по патриотическому воспитанию. Интеграция патриотического воспитания осуществляется через спорт. Дети знакомятся с историей и достижениями российского и мирового футбола, что формирует чувство гордости за выдающиеся достижения российских спортсменов.

1.3.Цель и задачи

Цель программы — содействовать формированию у детей 5-6 лет базовых навыков владения футбольным мячом и устойчивой мотивации к систематической двигательной активности посредством адаптированных элементов мини-футбола, с учетом возрастных и психофизиологических особенностей дошкольников.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить детей с элементарными правилами мини - футбола и терминологией (ворота, пас, ведение, удар и др.);
- формировать базовые технические навыки: ведение мяча ногой, остановка мяча, передача партнёру, удар по неподвижному и катящемуся мячу;
- учить безопасному взаимодействию с инвентарем и соблюдению правил поведения на спортивной площадке.

Развивающие:

- развивать физические качества, приоритетные для возраста: ловкость, координацию движений, быстроту реакции, общую выносливость;
- совершенствовать пространственную ориентировку и способность к дифференцировке мышечных усилий (точность удара, контроль скорости ведения);
- стимулировать развитие внимания, зрительно-моторной координации и способности к быстрому принятию простых решений в игровой ситуации.

Воспитательные:

- формировать навыки сотрудничества и взаимопомощи в команде, умение соблюдать игровые правила и принимать результаты (в том числе проигрыш);
- воспитывать дисциплинированность, настойчивость в достижении результата, уважительное отношение к сверстникам и педагогу;
- прививать ценности здорового образа жизни и привычку к регулярной физической активности.

Оздоровительные:

- укреплять опорно-двигательный аппарат и мышечный корсет за счет дозированных нагрузок, соответствующих возрасту;

- способствовать профилактике нарушений осанки и плоскостопия через специальные упражнения и правильную технику движений;
- повышать общую сопротивляемость организма и адаптационные возможности за счёт регулярных занятий на свежем воздухе или в хорошо проветриваемом зале.

1.4. Категория обучающихся

Возраст детей, участвующих в реализации ДОП-ДОП «Футбольный мяч» от 6 до 7 лет. Дети с программой справляются на ознакомительном и стартовом уровне. То есть в этом возрасте они уже могут пробовать и постепенно осваивать задания, но пока с поддержкой педагога и в игровой форме. В 6–7 лет у детей активно начинает развиваться координация, улучшается контроль над крупными движениями, но мелкие мышцы (в том числе кисти, стопы) еще созревают. Поэтому упражнения, которые часто включают ведение мяча, передачи, обводку простых препятствий или элементы эстафеты, для детей — хороший инструмент для тренировки базовых навыков. Сначала дети выполняют задания вместе с педагогом/тренером, который помогает скорректировать захват, подсказать, какой частью стопы лучше ударить, чтобы мяч покатился в нужную сторону. В начале работы ребята допускают ошибки: мяч может укатываться, ребенок может терять его при ведении. При этом формируется навык ведения мяча. Задания усложняются постепенно: сначала ведут мяч по прямой линии, потом добавляют простые препятствия (обвести кегли), затем — передачи в паре. Ключевой момент для детей 6-7 лет — игровой контекст. Дети с удовольствием соревнуются и играют друг с другом. В ходе освоения программы в игровой форме развивается глазомер, ритмичность, согласованность движений и пространственная ориентировка — все то, что помогает ребенку стать сильным, ловким.

1.5. Отличительные особенности ДОП-ДОП

«Футбольный мяч»

Отличия программы заключаются:

- в игровой доминанте при освоении техники. Все технические элементы (ведение, остановка, пас, удар) отрабатываются не через «сухие» повторения, а в мини-играх и эстафетах с понятными сюжетами: «Доставь мяч в крепость», «Передай другу — не урони», «Обгони змейку». Это соответствует ведущей деятельности дошкольников;
- в модульном построении с нарастанием сложности. Программа делится на логические блоки: общая физическая подготовка, специальная подготовка, техника, тактика, игровая практика. Каждый модуль опирается на предыдущий, а внутри модуля задания идут по принципу «от простого к сложному» с частыми повторениями;

- в регулярных занятиях. Оптимальная продолжительность — 30 минут, частота — 2 раза в неделю. Такой режим учитывает возрастные особенности удержания внимания (20–25 минут активной нагрузки) и 5-10 минут на расслабление, что дает стабильную моторную практику без переутомления;
- в дифференцированном подходе при групповой работе. Внутри группы дети делятся на пары (подгруппы) по уровню освоения навыка: одни выполняют упрощенный вариант задания, другие — стандартный, третьи — с усложнением (например, ведение мяча с изменением темпа или между предметами). Критерии перехода между уровнями — стабильность выполнения и отсутствие ошибок в 3–4 попытках подряд;
- в опоре на наглядно-образное мышление. Инструкции даются через образы и сравнения: «веди мяч, как будто он — твоя любимая игрушка, не отпускай далеко», «останови мяч подошвой, как накрываешь ладошкой бабочку». Термины вводятся дозированно и сразу закрепляются в действии;
- в развитии не только физических, но и регуляторных навыков. В структуру каждого занятия включены элементы самоконтроля: «покажи пальцами, сколько ошибок ты заметил», «оцени, получилось ли выполнить задание тихо/быстро/ровно». Так тренируются внимание, память и способность к самооценке;
- в учете темпов созревания опорно-двигательного аппарата. Нагрузки и упражнения подбираются так, чтобы не перегружать суставы и связки: исключены длительные статические напряжения, акцент сделан на динамические движения, чередование усилий и отдыха, упражнения на осанку и стопы.

1.6. Принципы и подходы к формированию ДОП-ДОП

Основные подходы к освоению дополнительной общеразвивающей программы «Футбольный мяч» для детей 6–7 лет строятся на нескольких ключевых принципах.

Принципы построения программы

- *Опора на ведущую деятельность — игру.* Все технические элементы (ведение, остановка, пас) осваиваются через игровые сюжеты и эстафеты: «Доставь мяч в крепость», «Не дай сопернику забрать флаг». Это удерживает внимание и мотивацию детей 6–7 лет.
- *Принцип доступности и индивидуализации* — учет возрастных особенностей и возможностей каждого ребенка, гибкое использование средств, форм и методов.

- *Принцип постепенного повышения требований* — постановка перед ребенком все более трудных заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок в сочетании с полноценным восстановлением.
- *Принцип систематичности* — непрерывность и регулярность занятий (2 раза в неделю по 30 минут).
- *Принцип наглядности* — показ педагогом образца движения, использование плакатов и спортивного инвентаря.
- *Принцип повторяемости и закрепления навыков* — многократное повторение упражнений на занятиях.
- *Принцип сознательности и активности* — обучение опирается на заинтересованное отношение ребенка к своим действиям.

Образовательные подходы

- *Деятельностный подход* — развитие ребенка в самой деятельности: самопланирование, самооценка, самоанализ.
- *Личностно-ориентированный подход* - создание условий для развития ребенка на основе изучения задатков, способностей и интересов.
- *Средовой подход* — использование возможностей внутренней и внешней среды образовательного учреждения (спортзал, площадка, инвентарь).
- *Индивидуальный подход* — гибкий подбор средств и методов по отношению к каждому ребенку.

1.7. Сроки реализации ДОП-ДОП «Футбольный мяч»

Программа «Футбольный мяч» рассчитана на 7 месяцев обучения (с 1 октября по 31 апреля). Форма обучения – очная. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 30 минут.

1.8. Ожидаемые результаты освоения ДОП-ДОП

Прогнозируемые результаты

Основаны на поставленных задачах, включают: в совершенстве освоенные правила футбола и владение мячом, улучшенную координацию движений и командную работу, а также сформированное уважение к сопернику и понимание принципов здорового образа жизни. Кроме того, ожидается развитие волевых качеств, самореализация через спорт, воспитание патриотизма и укрепление дисциплины среди занимающихся.

Ожидаемые результаты по категориям задач:

Обучающие:

- Понимание основных правил футбола, включая нюансы игры и тактические схемы.

- Развитие навыков владения мячом, таких как пасы, ведение, удары и контроль мяча.
- Овладение техническими приемами и тактическими действиями, позволяющими успешно играть в футбол.
- Знание истории российского и мирового футбола, его ключевых моментов и достижений.

Воспитательные:

- Способность работать в команде, проявляя взаимовыручку и поддержку.
- Развитие дисциплинированности, ответственности и умения следовать правилам.
- Осознанное стремление к здоровому образу жизни, включая правильное питание и регулярные тренировки.
- Воспитание уважения к соперникам, товарищам по команде, а также развитие толерантности и патриотизма.

2. Учебный план

модуль	Количество часов			Промежуточная аттестация и аттестация по завершении реализации программы.
	Теория	Практика	Всего	
1.Общая физическая	1	4	5	Командные игры
2.Специальная	0	8	8	командные игры
3.Техническая подготовка	0	9	9	практическая работа
4.Тактическая подготовка	0	11	11	стыковая игра
5.Игровая подготовка	0	23	23	спортивные соревнования
Теория: 1 Практика: 55			Всего: 56	

3.Календарный учебный график ДОП-ДОП «Футбольный мяч»

	Основная характеристика образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	28
2	Количество учебных дней	56
3	Количество учебных часов в неделю	2
4	Количество учебных часов	56
5	Недель в 1 полугодии	-
6	Недель во 2 полугодии	-
	Начало занятий	01.10
7	Выходные дни	Суббота-воскресенье,

		праздничные дни
8	Окончание учебного года	30.04
9	Сроки промежуточной аттестации	Последнее занятие каждого модуля

4. Рабочая программа учебных модулей

Модуль 1 «Общая физическая подготовка»		
Часы Т/П	Тема занятия	Теоретическая часть/практическая часть
1	Вводное занятие.	История развития футбола в России. Просмотр видео. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Общие понятия о гигиене. Режим дня и его значение для юного спортсмена. Инструктаж по технике безопасности.
1	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения.	Ходьба - обычная, на носках с разным положением рук, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы, с высоким подниманием колена (бедра).
1	Техническая подготовка	Ходьба широким шагом, приставным шагом правым и левым боком, лицом вперед, спиной вперед, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе.
1	Техническая подготовка	Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см.). Обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот;
1	Промежуточная аттестация	Выполнение комплекса упражнений
Итого: 5		
Модуль 2 «Специальная физическая подготовка»		
Часы Т/П	Тема занятия	Теоретическая часть/практическая часть
1	Техника удара по мячу.	Удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъема) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4м
1	Бег, изучение упражнения «квадрат».	Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом.
1	Упражнения для развития быстроты.	Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут.
2	Основные способы развития специальной	Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную Бег в колонне по одному, по двое, старты из разных исходных положений, в

	физической подготовки.	разных направлениях, с разными заданиями, с преодолением препятствий.
2	Упражнения с мячом	Остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.
1	Промежуточная аттестация	Эстафета «Работа с мячом»
Всего: 8		
Модуль 3 «Техническая подготовка»		
Часы Т/П	Тема занятия	Теоретическая часть/практическая часть
1	Закрепление защитной стойки. Перемещение приставным шагом.	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.
1	Совершенствование защитной стойки. Закрепление перемещения приставным шагом.	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.
1	Удар внешней частью подъёма.	Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.
1	Упражнения для развития быстроты.	Бег со средней скоростью на 80-120м (2-4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3-5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30м.
1	Техническая подготовка	Прыжки через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, верёвку вперёд и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением.
1	Удар внешней частью подъёма.	Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.
1	Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрёстного и одноимённого движения рук и ног, перелезанием с пролёта: на пролёт по диагонали. Отбор мяча (отбивание ногой в выпаде)
1	Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней	Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперёд; прыжки на двух ногах с продвижением вперёд по наклонной поверхности. Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров

	стороной стопы.	
1	Промежуточная аттестация	Практическая работа: технический минимум «Удар по мячу»
Всего: 9		
Модуль 4 «Тактическая подготовка»		
1	Техники отбивания мяча	Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4м), из положения, сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание; мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.
1	Перебрасывание набивных мячей.	Прыжки с высоты 40см, в длину с места (около 100см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребёнка, с разбега; (не менее 50см).
1	Групповые упражнения с переходами.	Построение самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько.
1	Общеразвивающие упражнения	Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперёд, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам.
1	Общеразвивающие упражнения	Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперёд и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью. Вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ног на дальность, и в коридор шириной 2м.
1	Техника передвижения	Удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъёма) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4м
1	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу.
1	Закрепление ведения мяча	Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками

	внутренней частью подъема. Закрепление удара пяткой.	(змейкой) и движущихся партнёров
1	Выбрасывание мяча руками	Вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ног на дальность, и в коридор шириной 2м.
1	Закрепление ведения внутренней и внешней стороной стопы.	Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
1	Промежуточная аттестация	Практическая работа: комплексное игровое упражнение с мячом.
Всего: 11		
Модуль 5 «Игровая подготовка»		
Часы Т/П	Тема занятия	Теоретическая часть/практическая часть
1	Совершенствование ведения мяча	Ведение мяча (средней и внешней частью подъема) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
1	Ведение мяча носком.	Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.
1	Закрепление техники ведения мяча	Обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот
2	Общеразвивающие упражнения с предметами.	Упражнения с набивными мячами броски друг другу одной рукой от правого и левого плеча. Броски одной и двумя руками через голову. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Упражнения с волейбольными, футбольными, теннисными мячами, гимнастическими палками, скакалкой. Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении Упражнения в парах, в группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах, с вращением скакалки вперёд и назад, прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе Упражнения с малыми мячами: броски и ловля мяча после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену, на месте, в прыжке, после кувырка в движении.

1	Эстафеты. Игры.	Эстафеты встречные и круговые, с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом, в различных сочетаниях перечисленных элементов. Прыжки со скакалкой два вращения – один прыжок; жонглирование теннисных мячей (2-3 шт.). Подвижные игры: «Караси и щука», «Третий лишний», «День» и «ночь», «Пустое место», «Волк ворву», «Салки простые», «Белые медведи». Подвижные игры неспецифическими средствами футбола
1	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	Упражнения с набивными мячами, гантелями, на тренажерном оборудовании. Переноска и перекладывание груза. Упражнения с резиновым амортизатором и др. Многоскоки с ноги на ногу; с двух на две, тройной и пятерной с места, многоразовые до 10 раз. Выпрыгивание вверх из приседа.
1	Тактика нападения	Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Эффективно использовать изученные технические приемы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации. Взаимодействие с партнерами при равном соотношении с соперником, используя короткие и средние передачи. Взаимодействие двух и трех игроков. Комбинации в парах: «скрещивание». Начало и развитие атаки из стандартных положений.
1	Тактика защиты	Взаимодействие в обороне при численном большинстве сил соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнеров. Организация противодействия комбинациям «скрещивание». Закрепление умения взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Закрепление умения организации и построение «стенки» Организация обороны по принципу зонной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр. Углубленное разучивание и закрепление. Подвижные и спортивные игры по упрощенным правилам. Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, применяя в них изученный программный материал.
1	Тактика вратаря	Закрепление умения организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; подсказывать партнерам при обороне, как занять правильную позицию
1	Интегральная	Упражнения интегрального характера: передачи мяча в

	подготовка	парах в движении с использованием комбинации «скрещивание» с последовательным ударом по цели. Игры: 2 против 1, 3 против 1, 4 против 2 с целевыми заданиями. Организация атаки при использовании противником обороны по принципу зонной защиты и организация обороны по принципу зонной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке от ворот, выбор позиции и взаимодействие игроков при обороне, атака противника от своих ворот. Обучение игре в квадратах 3х3, 4х4, 5х5 с одним нейтральным. Учебные и тренировочные игры 3х3, 4х4, 5х5, используя полученные навыки по заданию тренера
1	Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель. Игра	Ведение игры по избранной тактической системе и ее вариантов; взаимодействия игроков всех тактических линий команды; умения переходить в ходе состязания к другому варианту игры
1	Отбор мяча перехватом в движение	Умение выдерживать высокий темп игры, правильно распределяя силы игроков вовремя состязания; менять темп, ритм и характер игры в зависимости от создавшейся в состязании ситуации; разумно сочетать индивидуальные и коллективные действия.
1	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	Быстрота развития атаки из глубины обороны; создание численного превосходства в атаке за счет быстрых перемещений игроков. получения мяча, освобождаясь от персональной опеки соперника и после передачи мяча партнеру.
1	Ведение мяча + удар по воротам. Игра	Перекрытие всех игроков команды соперника после потери мяча, стараясь возможно быстрее вновь овладеть мячом; взаимопонимание и взаимная страховка; создание численного превосходства в обороне
1	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	Быстрота организации атак, выполнение продольных и диагональных, средних и длинных передач. Тактические комбинации со сменой игровых мест в ходе развития атаки. Создание численного перевеса в атаке за счет подключения полузащитников и крайних защитников. Острота действия в завершающей фазе атаки
1	Прием мяча различными частями тела. Игра в большой квадрат	Определение направления возможного удара, занимая в соответствии с этим наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах. Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне. Определение направления возможного удара, занимая в соответствии с этим наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах.

		Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне.
1	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	Слаженность действий и взаимно страховки при атаке численно превосходящего соперника. Усиление обороны за счет увеличения числа обороняющихся игроков.
1	Совершенствование удара внешней частью подъема. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности. Ведение мяча (средней и внешней частью подъема) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров
1	Техники отбивания мяча Перебрасывание набивных мячей.	Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4м), из положения, сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание; мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Прыжки с высоты 40см, в длину с места (около 100см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребёнка, с разбега; (не менее 50см).
1	Разбор игроков. Комбинация «стенка». Упражнение змейка + удар по воротам. Игра.	Вбрасывание мяча из различных исходных положений с места и после разбега на точность и дальность вбрасывания, для остановки его изученными приемами стоящему и двигающемуся партнеру. Определение направления возможного удара, занимая в соответствии с этим наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах. Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне.
1	Промежуточная аттестация	игровое занятие «Работа в парах с мячом»
1	Итоговая аттестация	Соревнования по мини-футболу
Всего: 23		
Итого: 56		

5. Воспитательный компонент

5.1. Цель, задачи и ориентиры воспитания

Цель воспитания - создание условий для личностного развития ребенка и его позитивной социализации через приобщение к систематическим занятиям физической культурой и спортом на основе элементов игры в футбол,

формирование ценностного отношения к здоровью, двигательной активности и командному взаимодействию.

Задачи воспитания

- 1.Формировать ценностное отношение к здоровью — своему и окружающих — и понимание того, как его сохранять и укреплять через двигательную активность.
- 2.Формировать опыт сотрудничества, учитывать интересы и чувства других, договариваться, сопереживать неудачам и радоваться успехам товарищей.
- 3.Воспитывать чувство гордости за достижения российских спортсменов, в том числе футболистов, формировать интерес к отечественному спорту.
- 4.Поддерживать стремление к самостоятельности: подготовка и уборка инвентаря, соблюдение порядка в спортивном зале и на площадке.

Целевые ориентиры воспитания

- 1.Понимает ценность жизни и здоровья.

Сформированы основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость, координация) и потребность в двигательной активности; владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими.

- 3.Способность к волевым усилиям: может следовать правилам игры, соблюдать спортивное поведение, проявлять самоконтроль и осуществлять анализ своей двигательной деятельности

Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми: участвует в совместных играх, способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать и радоваться успехам товарищей, старается разрешать конфликты.

- 5.Уважительно относится к сопернику, умеет достойно принимать выигрыш и проигрыш.

- 6.Проявляет интерес к занятиям футболом и чувство гордости за достижения российских спортсменов.

5.2.Формы и методы воспитания

Основной формой воспитания является занятие по физкультурно - спортивной направленности с акцентом на элементы футбола. Дополнительно используются подвижные игры и игровые задания, эстафеты.

Методы воспитания:

- 1.беседа;
- 2.рассказ и пример;
- 3.убеждение через правило;

- 4.создание воспитывающих ситуаций;
- 5.игровой метод;
- педагогическое требование;
- символические награды;
- эмоциональная поддержка и др.

5.3. Условие воспитания и анализ результатов

Это совокупность материально-технических, кадровых, организационно-педагогических и развивающих факторов, которые делают воспитательный процесс возможным и эффективным.

Воспитательный процесс осуществляется в дошкольном учреждении. Спортивное оборудование и снаряды для физической подготовки в физкультурном зале и на спортивной площадке доступны детям. Все пространство предусматривает индивидуальную, подгрупповую и коллективную работу детей с педагогом, а так же проведение эстафет, соревнований по мини-футболу.

Анализ результатов проводится посредством педагогического наблюдения за игровой деятельностью детей в парах, в подгруппах; их общением; обсуждением командной работы. Индивидуальный уровень воспитания ребенка не фиксируется. Анализ наблюдений используется для дальнейшей работы с детьми.

5.4.Календарный план воспитательной работы

Раздел	Мероприятия	Сроки	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
Духовно-нравственное развитие	«Весёлые старты» «Остров сокровищ» «Аты-баты шли солдаты» «Масленица» «В гости к солнышку» Смотр песни и строя «Солдатская каша» Мини-футбол «День защиты детей»	октябрь ноябрь февраль февраль/март апрель май май апрель июнь	Эстафеты День здоровья Праздник пап Развлечение День здоровья Конкурс Развлечение Соревнование Развлечение
Работа с одаренными детьми	1.Работа по подготовке детей к конкурсам разного уровня. 2.Подготовка детей к городскому пробегу к 9 мая.	В течение года В течение года	Участие в конкурсах Участие в городском пробеге к 9 мая

Воспитание семейных ценностей	1.Индивидуальные консультации	В течение года	Памятки, буклеты
	2.Работа с родителями по развитию привычки к ЗОЖ	В течение года	Участие в проектах
	3.Привлечение родителей к участию в соревнованиях, городских пробегах	В течение года	Участие в конкурсах, пробегах

6. Оценочные материалы

Промежуточная аттестация детей проводится после завершения каждого модуля обучения. Проводит ее педагог дополнительного образования.

6.1.Виды контроля, порядок и периодичность

В процессе реализации программы и для отслеживания успехов обучающихся используются следующие виды контроля:

Вид и периодичность контроля	Назначение контроля	Формы контроля
Входной контроль		
Проводится в первые занятия по программе	Определение интереса детей, исходных представлений о занятиях по программе и уровня самостоятельности и саморегуляции	Педагогическое наблюдение, опрос, игра, беседа
Текущий контроль		
В течение каждого занятия и по завершении темы	Отслеживание выполнения и освоения способов деятельности. Педагогическая помощь, корректировка задач и программного содержания	Индивидуальные задания (дифференциация и подбор заданий с учетом особенностей обучающихся); педагогическое наблюдение, внутри групповые соревнования, эстафеты/соревнования. обсуждение
Промежуточная аттестация		
После каждого модуля обучения	Оценка результатов освоения соответствующего модуля	Выполнение комплекса упражнений Эстафета «Работа с мячом» Технический минимум «Удар по мячу» Комплексное игровое упражнение с мячом Игровое задание «Работа в парах с мячом» Соревнование по мини-футболу

6.2. Формы и задания промежуточной аттестации

Модуль	Форма	Варианты заданий	Критерии
1. Общая подготовка	Выполнение упражнений	Прыжок с места, челночный бег 3х5 метров, бег 15 метров с высокого старта, поднимание туловища 15 сек, наклон вперед из седа	Выполняет заданные упражнения
2. Физическая подготовка	Эстафета «Работа с мячом»	Жонглирование мяча ногами, выбрасывание мяча на дальность, удары по мячу на дальность, ведение мяча 15 метров	Выбрасывание мяча двумя руками из-за головы, удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу. Выполняется правой и левой ногой, по 3 попытки каждой, засчитывается лучший; ведение мяча ногой по прямой 7,5 м туда и 7,5 м обратно. Три попытки (правой, левой, поочередно), засчитывается лучшая; Подбрасывание мяча ногой (поочередно правой и левой), считаются касания без падения мяча на пол. Три попытки, засчитывается лучшая
3. Техническая подготовка	Упражнения «Удар по мячу»	Удар внутренней стороной стопы в ворота; ведение мяча между 5 фишками, расставленными на расстоянии 1,5 м друг от друга, общая дистанция 10 м; передают мяч внутренней стороной стопы туда-обратно; Педагог катит мяч	выполняет без потери мяча, удар точный; останавливает мягко, мяч не укатывается, обе ноги; обвёл все фишки, обе ноги работают; 5–6 попаданий по воротам

		навстречу ребёнку с расстояния 5 м. Ребёнок останавливает внутренней стороной стопы; Ведение по прямой 5 м → удар по воротам → ведение «змейкой» 5 м.	
4.Тактическая подготовка	Игровое упражнение в парах с мячом»	Передача мяча друг другу; игра 2×2 на мини-поле; передача мяча между наружными игроками; Беседа из 5 вопросов: «Что такое аут?», «Как вбрасывается мяч?», «Что такое угловой?», «Можно ли трогать мяч руками?», «Как начинается игра?»	стоит открыто, видит партнёра, готов к приёму, отдаёт пас быстро; открывается активно, видит свободную зону, подаёт сигнал партнёру; понимает свою роль, переключается между атакой и обороной
5.Игровая подготовка	Игровая подготовка	Игра 3×3 (2 тайма по 5 мин); соблюдение правил игры; командное взаимодействие; Реакция на гол (свой и чужой), на ошибку партнёра, на решение судьи; включение в игру	Игра по упрощённым правилам; соблюдает все правила без напоминания; передаёт пас, открывается, помогает в обороне; радуется голу команды, подбадривает после ошибки, спокойно принимает решение судьи; активно перемещается, ищет свободную зону, всегда в игре
Итоговое	Соревнование по мини-футболу	Игра по мини-футболу	Активно играет по правилам

6.3. Уровни освоения

Сформированы	Дети выполняют все задания правильно
В стадии формирования	Дети выполняют 50% заданий правильно
«Точка роста» на перспективу	Дети выполняют отдельные элементы и некоторые из них правильно

7. Организационно-педагогические и материально-технические условия

7.1. Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

7.2. Организационно-педагогические условия

Занятия проводятся в специально оборудованном помещении - физкультурном зале и на спортивной площадке с травяным покрытием в хорошую погоду. Физкультурный зал оформлен в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудован в соответствии с санитарными нормами.

Содержание и нагрузка определяется с учетом возрастных возможностей детей 6-7 лет и требований СанПиН.

Продолжительность занятия 2 раза в неделю по 30 минут.

Используется групповая, подгрупповая, индивидуальная работа.

7.3. Материально-техническое условия по реализации ДОП-ДОП

«Футбольный мяч»

Модули программы	Наименование Перечень оборудования для проведения практических занятий
«Физическая подготовка» «Специальная физическая подготовка» «Техническая подготовка» «Тактическая подготовка» «Игровая подготовка»	Технические средства обучения: - магнитная доска с набором приспособлений для крепления таблиц; - ноутбук; - мультимедийный проектор; - рециркулятор. Экранно-звуковые пособия: - аудиозаписи в соответствии с программой обучения; - видеофильмы; - слайды. Дидактические пособия и игры: - карточки-схемы для индивидуальной работы; - карточки-схемы для круговой тренировки. Спортивный инвентарь: - Спортивный комплекс 1 шт.; - Шведская стенка – 8 пролетов; - Тренажеры: «Беговая дорожка» 2шт., «Велотренажёр» 1шт. - Диск «Здоровье» 8шт.; - «Батут без держателя» 2шт.,

	- «Эспандер кистевой и пружинный» 20 шт.; - «Бегущий по волнам» 2шт.; - «Пресс» 3 шт.; - «Турник» 1шт. - Ворота футбольные 2 шт.; - Гимнастические скамейки 4 шт.; - Гантели 20 кп.; - Эспандер пружинный 10шт.; - Эспандер резиновый 10 шт.; - Эспандер кистевой 15 шт.; - Мячи футбольные 20 шт.; - Мячи набивные 15 шт.; - Стойки для прыжков в высоту 2шт.; - Скакалки короткие 20шт.; - Ориентиры конусы 20 шт.; - Ориентиры полусферы 10 шт.; - Маты гимнастические 7шт.; - Индивидуальные коврики 25 шт. - Футбольная форма (на команду). Измерительные приборы и приспособления: - Рулетка 1шт.; - Секундомер 2шт.; - Шагомер 20 шт.; - Динамометр кистевой детский 1шт.; - Землемерный циркуль (сажень); - Песочные часы
--	--

8. Методические материалы

8.1. Нормативно-правовые документы

Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

Распоряжение правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»

Распоряжение Правительства Нижегородской области от 12.09.2022 № 1057-р "О мерах по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Нижегородской области"

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (далее

– СанПиН 1.2.3685-21)

ГОСТ Р 7.0.97-2025. Организационно-распорядительная документация Требование к оформлению документов

Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы Нижегородского института развития образования. <https://niro.nnov.ru/?id=32445>

8.2.Список литературы для педагога:

1.Мой любимый футбол: Сергей Еремеев Издательство

Мир и образование, 2019

2.Азбука футбола. Увлеки своего ребёнка самой популярной игрой! Георгий Черданцев Издательство АСТ, 2021

3.Футбол в детском саду, или Истории об уважении, храбрости и других ценностях Гжегож Касдепке Издательство Попурри, 2019

4.Технико-тактическая подготовка футболистов. Учебное пособие: Григорьев С.К., Гакаме Р.З., Золотарев А.П. Издательство Советский спорт, 2023

8.3. Список литературы для обучающихся и родителей

(законных представителей)

1.Азбука физической культуры (родителям будущих школьников). Методические рекомендации для внеурочных: Баранцев С.А., Мельников В.В., Мельников Д.В. Издательство Советский спорт, 021

2.Территория движения и творчества. 32 идеи для занятий по физическому развитию детей от 3 до 7 лет: Юст Ронни, Мюллер Маттиас Издательство Национальное образование, 2021

8.4.Интернет-ресурсы

1.Есенкова Е.А. Современное учебное занятие в учреждении дополнительного образования детей [электронный ресурс] / Сайт [metod-kopilka.ru](http://www.patriotvrn.ru/metod-kopilka) - Режим доступа:<http://www.patriotvrn.ru/metod-kopilka>- Загл. с экрана.

2.Современные педагогические технологии в учреждении дополнительного образования детей (из опыта работы Л.А. Мацко) [электронный ресурс] / Сайт Муниципального автономного учреждения дополнительного образования Александровского района Оренбургской области «Центр развития»- Режим доступа:http://alex-cvr.ucoz.ru/Covrem_pedtex.doc. - Загл. с экрана.

3.Уроки Photoshop (статьи и видео уроки по фотошопу)[электронный ресурс] / Сайт Уроки Photoshop- Режим доступа: <https://photoshop-master.ru/articles/> - свободный

Индивидуальная карта учета освоения программы

Наименование программы: «Футбольный мяч». Направленность: физкультурно-спортивная
 ФИ ребенка _____ Возраст _____ Дата _____

Показатель	ТР	СФ	С	Методы
Физическая подготовка				
Координация и равновесие	Ребёнок не удерживает равновесие на одной ноге более 2–3 сек; при ходьбе по линии/бревну теряет баланс, сходит с траектории; повороты на месте выполняет с потерей ориентации; не может координировать руки и ноги одновременно в движении	Удерживает равновесие на одной ноге 3–5 сек без опоры; проходит по линии/бревну с 1–2 сходами; повороты выполняет уверенно, но при усложнении (с мячом) теряет координацию; начинает согласовывать движения рук и ног	Уверенно стоит на одной ноге 5–8 сек, в т. ч. с закрытыми глазами; проходит по узкой линии/бревну без сходов; выполняет повороты на 360° без потери ориентации; сохраняет баланс при движении с мячом; руки и ноги работают согласованно в динамических упражнениях	Упражнения на баланс с мячом: ведение мяча по линии, остановка на одной ноге после рывка; ходьба по бревну с мячом в руках; «Классики» с прыжками на одной и двух ногах; эстафеты с обводкой стоек и резкой сменой направления; игра «Львы и укротители» — резкие остановки-замеряния по сигналу
Быстрота и реакция	Время реакции на сигнал более 1–1,5 сек; бег 10 м выполняет за 4,5–5 сек; не успевает поймать мяч после отскока; реагирует на команду с задержкой, путает направление движения	Время реакции 0,8–1 сек; бег 10 м за 3,5–4,5 сек; ловит мяч после отскока, но не всегда с первой попытки; реагирует на сигнал вовремя, но при одновременной задаче (бежать и следить за мячом) замедляется	Время реакции менее 0,8 сек; бег 10 м за 2,8–3,5 сек; уверенно ловит мяч после отскока с разных расстояний; реагирует мгновенно на зрительный и звуковой сигнал; сохраняет быстроту в игровых ситуациях с мячом	Челночный бег 2×5 м с фиксацией времени; реакция на два сигнала одновременно (зрительный + звуковой); «Поймай мяч после двух отскоков» с расстояния 4–5 м; игровые эстафеты с обводкой и ускорением; «Зеркало» — повторение движений партнёра с максимальной скоростью
Ловкость и общая моторика	Челночный бег 2×5 м выполняет за 12–14 сек, сбивает стойки, теряет мяч; обводку 3 стоек делает с 3 и более ошибками; не может быстро сменить направление; движения рук и ног несогласованны	Челночный бег 2×5 м за 9–12 сек; обводку 3 стоек выполняет с 1–2 ошибками; меняет направление без потери мяча, но замедляется; начинает	Челночный бег 2×5 м за 7–9 сек; обводку 3–5 стоек выполняет без ошибок на скорости; мгновенно меняет направление с мячом и без мяча;	Обводка 5 стоек на скорость; челночный бег 3×5 м; эстафеты с комплексом заданий (обводка — передача — ускорение); «Убеги от

		согласовывать движения рук и ног в беге	движения рук и ног скоординированы; в игровой ситуации ловко уходит от соперника	водящего» с обводкой и сменой направления; мини-игры 1×1, 2×2 на ограниченной площадке; упражнения с резкой сменой направления по сигналу
Сила и выносливость	Приседания 3–5 раз с потерей техники; отжимания от колен 2–3 раза; планка 3–5 сек с провисанием таза; быстро устаёт — восстанавливается более 2 мин; после бега 30–40 м выраженная одышка	Приседания 6–10 раз с удержанием техники; отжимания от колен 4–8 раз; планка на коленях 8–12 сек; планка классическая 5–8 сек; восстанавливается за 1–2 мин; выдерживает бег 60–80 м без выраженного переутомления	Приседания 10–15 раз с правильной техникой; отжимания от скамейки 8–12 раз; планка классическая 10–20 сек; восстанавливается за 30–60 сек; выдерживает игровую нагрузку 3–4 мин без снижения активности	Приседания 2–3 подхода по 10–12 раз; отжимания от скамейки 2 подхода по 8–10 раз; планка 10–20 сек, 2 подхода; круговая тренировка 4–5 станций; мини-игры 3×3 по 3–4 мин с одним перерывом; «Медведь» — ходьба на руках и ногах 10–15 м; эстафеты с многократными повторениями
Техническая подготовка				
Ведение мяча	Ребёнок бьёт по мячу носком, мяч укатывается далеко; не может вести мяч более 3–4 м без потери контроля; направление удара неуправляемо; при попытке вести левой/правой ногой предпочитает только одну; останавливается, чтобы посмотреть на мяч	Ведёт мяч внутренней стороной стопы по прямой 8–10 м, теряет мяч 1–2 раза; начинает чередовать ноги, но ведущая заметно сильнее; обводит 2–3 стойки, сбивает 1–2; может вести мяч, периодически поднимая голову	Уверенно ведёт мяч 10–15 м обеими ногами без потери контроля; обводит 4–5 стоек без ошибок на скорости; меняет направление и темп ведения; ведёт мяч, подняв голову, видит поле и партнёров; в игровой ситуации обводит соперника	Ведение мяча с резкой сменой направления по сигналу; обводка 5 стоек на время; ведение с ускорением и торможением; ведение в паре — один ведёт, второй сопровождает; игра 1×1 на ограниченной площадке; эстафета «Слалом» — обводка стоек с передачей в ворота в конце; мини-игра 3×3 с акцентом на ведение
Остановка мяча	Не успевает среагировать на катящийся мяч; мяч отскакивает от ноги далеко (1–2 м); вместо остановки	Останавливает катящийся мяч внутренней стороной стопы	Уверенно останавливает мяч внутренней стороной стопы и	Остановка мяча, летящего невысоко (ниже колена)

	отбивает мяч; выбирает неправильную часть стопы; останавливает мяч только после нескольких попыток	из 5 попыток 2–3 удачно; мяч отскакивает на 0,5–1 м; после остановки может продолжить ведение, но с паузой; при более сильном или быстром мяче не справляется	подошвой из 5 попыток 4–5 удачно; мяч остаётся у ног; после остановки сразу переходит к ведению или передаче; справляется с мячом, катящимся с разной скоростью и под разным углом	внутренней стороной стопы; остановка с разворотом на 180°; остановка мяча с переходом в удар по воротам; упражнение «Приём-передача» в паре на 4–5 м; игра «Стоп-пас» в тройке; мини-игра с правилом: перед ударом по воротам — обязательная остановка мяча
Передача и удар	Бьёт по мячу носком, направление неконтролируемое; мяч летит выше ворот или не достигает; не смотрит на мяч в момент удара; из 5 ударов в ворота 1×1 м 0–1 попадание; передачу делает слишком сильно или слишком слабо	Из 5 ударов в ворота 1×1 м 2–3 попадания; передача на 3–4 м доходит до партнёра, но неточна (смещается в сторону); бьёт внутренней стороной стопы, но иногда возвращается к удару носком; сила удара варьируется слабо	Из 5 ударов в ворота 1×1 м 4–5 попаданий; точно передаёт на 4–5 м партнёру в ноги; бьёт внутренней стороной стопы уверенно, реже — подъёмом; регулирует силу удара в зависимости от задачи; в игре выбирает момент для передачи или удара	Удар по воротам после ведения (2–3 м ведение, затем удар); передача в движении в паре (один ведёт, другой открывается); удар в ворота после остановки мяча; упражнение «Треугольник» — передачи в тройке с перемещением; игра «Стрельба» — обводка 2 стоек, удар по воротам; мини-игра 3×3 с условием: гол засчитан только ударом из-за линии; упражнение «Один удар» — мяч катится навстречу, удар с лёта в ворота
Жонглирование	Не может подбросить мяч ногой; мяч улетает в сторону после первого касания; ловит мяч руками вместо отбива ногой; касание слишком жёсткое, мяч отскакивает высоко; боится контакта мяча с телом	Выполняет 2–3 касания подряд ногой, затем мяч уходит; чередует отбивы и ловлю; касания становятся мягче, но высота непостоянна; может жонглировать внутренней	Выполняет 5–8 касаний подряд без падения мяча; контролирует высоту отбива (30–50 см); чередует внутреннюю сторону стопы и подъём; касания мягкие, мяч не уходит в сторону;	Жонглирование 5–8 касаний внутренней стороной стопы (цель — 10); чередование правой и левой ноги поочерёдно; жонглирование с подъёмом; упражнение

		стороной стопы, но подъём не контролирует	после ошибки может быстро возобновить жонглирован	«Круг» — жонглирование с поворотом на 360°; жонглирование в движении (шагом); игра «Жонглёры» — соревнование в паре, кто дольше продержит мяч в воздухе; упражнение «Вокруг света» — касание ногой, касание коленом, касание ногой
Тактическая и игровая подготовка				
Простые игровые ситуации	Ребёнок не замечает свободного пространства; бежит к мячу вместе со всеми («стайкой»); не понимает, куда отдать пас после получения мяча; в защите просто стоит или бежит за мячом, не перекрывая направление; при потере мяча не переключается на защиту	Ребёнок видит свободное пространство, но не всегда использует; начинает понимать, что можно отдать пас, а не только бежать самому; в защите пытается перекрыть путь к воротам, но реагирует с задержкой; после потери мяча переключается на защиту, но не сразу	Ребёнок самостоятельно выбирает: пас или ведение; видит свободного партнёра и отдаёт мяч в ноги; при потере мяча мгновенно переключается на защиту и занимает позицию; в защите перекрывает путь к воротам, а не просто бежит за мячом; в атаке открывается в свободную зону	Игра 3×3 на малой площадке с правилом: гол только после передачи; упражнение «Тройка в треугольнике» — передачи с перемещением, одна фишка-«защитник» посередине; игра «Два на одного» — 2 нападающих против 1 защитника,
Соблюдение правил	Ребёнок не понимает, почему нельзя трогать мяч руками; останавливает мяч рукой инстинктивно; не реагирует на свисток или сигнал педагога; спорит, когда «засчитывают» нарушение; не различает свою команду и чужую; после нарушения не понимает, что нужно отдать мяч	Ребёнок знает базовые правила (не трогать мяч руками, не толкаться, играть по свистку), но иногда нарушает по инерции или эмоциям; после замечания исправляется, но может спорить; различает команды по цвету жилеток; после нарушения отдаёт мяч, но с неохотой; начинает понимать понятие «спорный мяч»	Ребёнок соблюдает правила без напоминания; сам останавливается при выходе мяча за пределы; не спорит с решением, принимает нарушение; не использует толчки и грубость; после нарушения сразу отдаёт мяч; различает команды, понимает направление атаки; может напомнить	Игра 3×3 с детским судьёй — дети сами контролируют соблюдение правил; упражнение «Игра без педагога» — мини-игра, где дети сами останавливаются при нарушении; турнир 2 команд

			правило сверстнику	
Взаимодействие	Ребёнок не отдаёт пас, хочет забить сам; не реагирует на партнёра, открывшегося в свободную зону; не обращается к сверстникам по имени; в защите действует один, не подсказывает товарищу; при проигрыше расстраивается, может отказаться играть	Ребёнок отдаёт пас, но не всегда вовремя; видит партнёра, но предпочитает индивидуальную игру; начинает подсказывать в защите, но редко; после ошибки партнёра может возмутиться, но не бросает игру; при проигрыше расстраивается, но продолжает	Ребёнок отдаёт пас вовремя и в ноги; видит партнёра и свободную зону; в защите подсказывает товарищу и страхует; при ошибке партнёра поддерживает, не критикует; при проигрыше анализирует с командой; после гола радуется вместе с командой, а не индивидуально	Игра 3×3 с правилом: не менее 3 передач перед ударом; упражнение «Связка» — 3 игрока двигаются клином, передачи с перемещением; игра «Страховка» — один атакует, двое защищаются, защитники страхуют друг друга;
Личностные и поведенческие показатели:				
Мотивация и интерес	Ребёнок приходит на занятие без энтузиазма или по настоянию родителей; в процессе быстро отвлекается, смотрит по сторонам; новые упражнения вызывает сопротивление («не хочу», «не умею»); после неудачи теряет интерес и хочет уйти; инициативы не проявляет, ждёт инструкций	Ребёнок приходит на занятие с интересом, но интерес нестабилен — на одних упражнениях включается, на других отключается; новые задания пробует, но при первой неудаче сомневается; иногда сам просит повторить понравившееся упражнение; инициатива появляется эпизодически	Ребёнок бежит на занятие с желанием; увлечённо выполняет упражнения, в т. ч. новые; после неудачи пытается снова, просит совета; сам предлагает варианты упражнений или игр; интерес к футболу проявляется вне занятий — рассказывает о матче по телевизору, просит родителей поиграть с ним в мяч; инициатива устойчива	Самостоятельное планирование элемента занятия — ребёнок предлагает игру для всей группы; введение «Дня капитана» — ребёнок проводит разминку по своему выбору; ведение простого дневника тренировок — рисует или отмечает, чему научился;
Самоконтроль и дисциплина	Ребёнок не слышит инструкцию до конца, начинает раньше сигнала; перебивает педагога; после замечания исправляется на 10–15 секунд, потом возвращается к прежнему поведению; не понимает, почему нужно ждать очереди; бежит и кричит в паузах; правила безопасности не соблюдает (бросает мяч, толкается)	Ребёнок дослушивает инструкцию, но иногда перебивает; начинает по сигналу, но может опередить; после замечания исправляется, но требует повторного напоминания; очередность соблюдает, но	Ребёнок дослушивает инструкцию, начинает по сигналу без напоминания; соблюдает очередность без возмущения; после одного замечания исправляется и не повторяет; правила безопасности	Поручение роли «капитана» или «помощника педагога» — ребёнок следит за стартом, очередью, сбором инвентаря; игра без педагога — 2×2, где дети сами следят за соблюдением правил; упражнение

		нервничает; правила безопасности в основном соблюдает, но при азарте забывает	соблюдает постоянно, в т. ч. в игре при эмоциональном накале; может сам остановиться при нарушении и исправить; помогает педагогу следить за дисциплиной	«Сам себе судья»
--	--	--	--	---------------------

Итоговое _____

Комментарий

педагога _____

Педагог _____ / _____ /

Критерии промежуточной аттестации по 5 модулям ДОП-ДОП «Футбольный мяч»

Показатель	ТР	СФ	С	Методы
Физическая подготовка (ОФП): Выполнение комплекса упражнений	Ребёнок выполняет упражнения комплекса раздельно, но не связывает их в единый поток; между элементами останавливается, забывает, что дальше; техника в комплексе deteriorируется по сравнению с изолированным выполнением — например, ведение мяча, которое получалось на тренировке, в комплексе теряется; после 2–3 элементов резко снижается темп и концентрация; не понимает последовательности без постоянного напоминания педагога; эмоциональное состояние нестабильное — от азарта до отказа	Ребёнок знает последовательность комплекса и выполняет 4–5 элементов подряд без напоминания; между элементами есть короткие паузы, но без полной остановки; техника в комплексе сохраняется на 60–70% от изолированного выполнения — например, ведение мяча получается, но обводка стоек с ошибками; темп средний, к концу комплекса снижается; эмоционально включён, но при ошибке в середине может растеряться и сбить темп; выполняет комплекс в группе, но сравнивает себя с другими	Ребёнок выполняет комплекс от начала до конца без напоминания, в едином потоке; техника сохраняется на 80–90% от изолированного выполнения; темп устойчив, к концу не снижается; переходы между элементами плавные — ведение переходит в остановку без паузы, остановка — в передачу, передача — в удар; при ошибке в одном элементе не теряет ритм и продолжает комплекс; выполняет в группе уверенно, не оглядывается на других; может пройти комплекс на скорость с сохранением качества	Старт — бег 10 м с места по сигналу Ведение мяча — 8–10 м по прямой, обводка 2–3 стоек Остановка мяча — остановка катящегося мяча от педагога Передача — передача мяча обратно педагогу или партнёру на 3–4 м Удар — удар по неподвижному мячу в ворота 1×1 м с 3 м Финиш — бег к линии финиша, 5 м
2 модуль «Техническая подготовка»: эстафета «Работа с мячом»	Ребёнок не может связать элементы эстафеты в единый поток; после обводки стоек теряет мяч и останавливается; остановка мяча выполняется с отскоком на 1,5–2 м; передача следующему участнику неточна — мяч уходит в сторону; не понимает, когда начинать свой этап; ждёт, когда мяч подкатится вплотную; при ошибке останавливается и не продолжает; в командном формате отвлекается — смотрит, что делают другие; эмоционально возбуждён или наоборот заторможен	Ребёнок выполняет 5–6 элементов эстафеты, но с 1–2 потерями мяча; обводка 3 стоек получается, но 4-я стойка сбивается; остановка мяча с разворотом выполняется с задержкой 1–2 сек; передача следующему доходит, но неточна (партнёр должен подбежать к мячу); начинает понимать очерёдность, но иногда стартует раньше сигнала; при ошибке замедляется, но продолжает; в команде чувствует ответственность, но при неудаче teammate'a расстраивается	Ребёнок проходит эстафету от начала до конца без потери мяча; обводка 4 стоек выполняется на скорости без ошибок; остановка мяча с разворотом на 180° — плавная, без задержки; передача следующему — точная, в ноги, партнёру не нужно двигаться к мячу; стартует по сигналу без опережения; при потере мяча товарищем по команде не расстраивается, а подбадривает; в команде понимает свою роль и роль партнёра; может пройти эстафету на скорость с сохранением качества 80–90%	Старт — бег 5 м с места по сигналу Ведение — 10 м по прямой правой ногой Обводка — 3–4 стойки змейкой Разворот — обводка конуса на 180° Ведение — 5 м левой ногой (или слабой ногой) Остановка — остановка мяча подошвой у фишки Передача — передача следующему участнику команды на 4–5 м Удар (последний участник) — удар по воротам 1×1,5 м с 3 м

3 модуль «Техническая подготовка» : технический минимум «Удар по мячу»	После ведения не может остановиться и ударить — мяч укатывается; после остановки теряет 2–3 сек на замахах, за это время «защитник» отбирает мяч; удар с лёта не получается — ребёнок останавливает мяч, потом бьёт. Слабая нога: бьёт только сильной, слабой не пытается или бьёт носком. Эмоции: после промаха расстраивается, бросает мяч, отказывается от повторной попытки	Техника: бьёт внутренней стороной стопы, но при ускорении или под давлением возвращается к удару носком; опорная нога иногда стоит далеко; из 5 ударов по неподвижному мячу — 2–3 попадания. Связки: после ведения удар получается, но мяч уходит в сторону — точность падает; после остановки бьёт с задержкой 1–2 сек; удар с лёта — 1 из 5, мяч летит неровно. Слабая нога: бьёт слабой, но неточно — 0–1 из 5. Эмоции: после промаха возвращается к повтору, но с раздражением; при серии промахов теряет уверенность	Техника: бьёт внутренней стороной стопы и подъёмом в зависимости от задачи; опорная нога рядом с мячом, сопровождение стабильное; из 5 ударов по неподвижному мячу — 4–5 попаданий. Связки: после ведения удар точный и быстрый — 3 из 5; после остановки бьёт без задержки; удар с лёта — 2–3 из 5; после передачи партнёра — 2–3 из 5. Слабая нога: 2 из 5 попаданий, технически правильно. Эмоции: после промаха анализирует причину и корректирует следующий удар; стабилен на серии из 10–15 ударов без падения качества	Точность техника удара стабильность скорости связки слабая нога промах самооценка
4 модуль «Тактическая подготовка» : комплексное игровое упражнение с мячом	В игре бежит к мячу вместе со всеми («стайкой»); не отдаёт пас, пытается вести мяч в одиночку и теряет; не различает своих и чужих по цвету жилеток в движении; в защите бежит за мячом, а не перекрывает путь к воротам; при потере мяча не переключается на защиту; правила нарушает постоянно — трогает мяч руками, толкается; после гола в свои ворота расстраивается, может сесть на пол и отказаться играть	Видит партнёра, но не всегда отдаёт вовремя — задерживает мяч 2–3 сек; в защите пытается перекрыть путь, но реагирует с задержкой; после потери мяча переключается на защиту, но не сразу; правила соблюдает, но в азарте может забыть; различает команды по жилеткам; иногда отдаёт пас, но наугад — не видит, свободен ли партнёр; при проигрыше расстраивается, но продолжает играть; после гола радуется, но не всегда понимает, как он получился	отдаёт пас вовремя и в ноги; видит свободного партнёра и свободную зону; выбирает между пасом, ведением и ударом в зависимости от ситуации; в защите перекрывает путь к воротам и страхует партнёра; при потере мяча мгновенно переключается на защиту; правила соблюдает без напоминания; после гола анализирует с командой; при проигрыше не падает духом — обсуждает, что исправить; играет позиционно, не «стайкой»	выбор действия в игре видение партнера видение свободной зоны переключение-атака-защита защитные действия соблюдение правил
5 модуль «Игровая подготовка» : игровое задание «Работа в парах»	Статическая передача: из 10 передач — 3–4 потери; бьёт слишком сильно или слишком слабо; мяч уходит в сторону, партнёр бежит за ним; не смотрит на партнёра перед ударом. Динамическая передача: останавливается с мячом, ждёт, пока партнёр подойдёт; передаёт только в одну сторону — не двигается после паса; теряет мяч при движении — ведение сбивается с передачи. Парная игра 2×1: не отдаёт пас, пытается обвести защитника сам; если отдаёт — не открывается обратно; стоит на месте после передачи; защитник легко отбирает мяч; не понимает, что партнёр может помочь; расстраивается, если партнёр потерял мяч	Статическая передача: из 10 передач — 1–2 потери; сила и направление в основном контролируются, но при ускорении точность падает; смотрит на партнёра перед ударом, но не всегда. Динамическая передача: проходит коридор с 1 потерей; после паса начинает двигаться, но не всегда в правильном направлении; передача в движении получается, но с задержкой — останавливается перед ударом. Парная игра 2×1: отдаёт пас, но не всегда вовремя — задерживает мяч 2–3 сек; после паса делает шаг вперёд, но не открывается в свободную зону; защитник отбирает мяч у того, кто задержал; при потере партнёром не страхует; видит партнёра, но предпочитает	Статическая передача: 10 из 10 передач без потери; мяч идёт точно в ноги партнёра; контролирует силу и направление; смотрит на партнёра перед ударом; может передавать обеими ногами. Динамическая передача: проходит коридор без потери; после паса рывок в свободную зону; передаёт в движении без остановки; меняет направление по сигналу. Парная игра 2×1: отдаёт пас вовремя — до сближения защитника; после паса открывается в свободную зону; использует «стенку» — передачу в одно касание; страхует партнёра при потере; видит, когда партнёр открыт, а когда закрыт; при потере мяча мгновенно переключается на отбор вместе с партнёром; после удачной комбинации	Статическая передача Динамическая передача Передача в одно касание Точность передачи в игре 2х1 Страховка партнёра Выбор время доля паса Эмоциональная установка

		индивидуальную игру; при удачной комбинации радуется, но не понимает, как её повторить	знает, как её повторить	
Итоговая аттестация: соревнования и по мини-футболу	Техника в игре: ведение мяча сбивается при первом давлении; вместо ведения мяч уходит далеко; останавливает мяч руками; из 5 попыток удара по воротам — 0–1 попадание, удар выполняется без выбора точки. Тактика: бежит к мячу «стайкой» вместе со всеми; не отдаёт пас — пытается забить сам; не различает своих и чужих в движении; в защите бежит за мячом, а не перекрывает путь к воротам; при потере мяча не переключается на защиту. Правила: трогает мяч руками; толкается; не реагирует на свисток; спорит при нарушении; не отдаёт мяч после свистка. Взаимодействие: не подсказывает партнёрам; при ошибке товарища расстраивается, может обвинить; при проигрыше плачет или отказывается играть дальше. Эмоции: эмоциональный фон нестабильный — от азарта до слёз; после пропущенного гола опускает руки; на турнирной таблице не понимает, кто на каком месте	Техника в игре: ведение мяча получается, но при давлении сбивается — 1–2 потери за матч; бьёт внутренней стороной стопы, но иногда возвращается к удару носком; из 5 попыток удара — 2–3 попадания; останавливает мяч ногой, но с отскоком. Тактика: видит партнёра, но не всегда отдаёт вовремя — задерживает мяч; иногда открывается в свободную зону, но чаще стоит; в защите пытается перекрыть путь, но реагирует с задержкой; после потери мяча переключается на защиту, но не сразу. Правила: соблюдает базовые правила, но в азарте забывает — может толкнуть, коснуться мяча рукой; после замечания исправляется; различает команды по жилеткам; понимает направление атаки. Взаимодействие: отдаёт пас, но не всегда в ноги; при ошибке партнёра может возмутиться, но не бросает игру; после гола радуется, но не всегда понимает, как он получился; при проигрыше расстраивается, но продолжает. Эмоции: в целом стабилен, но при серии неудач снижает активность; после перерыва восстанавливается	Техника в игре: ведение мяча получается, но при давлении сбивается — 1–2 потери за матч; бьёт внутренней стороной стопы, но иногда возвращается к удару носком; из 5 попыток удара — 2–3 попадания; останавливает мяч ногой, но с отскоком. Тактика: видит партнёра, но не всегда отдаёт вовремя — задерживает мяч; иногда открывается в свободную зону, но чаще стоит; в защите пытается перекрыть путь, но реагирует с задержкой; после потери мяча переключается на защиту, но не сразу. Правила: соблюдает базовые правила, но в азарте забывает — может толкнуть, коснуться мяча рукой; после замечания исправляется; различает команды по жилеткам; понимает направление атаки. Взаимодействие: отдаёт пас, но не всегда в ноги; при ошибке партнёра может возмутиться, но не бросает игру; после гола радуется, но не всегда понимает, как он получился; при проигрыше расстраивается, но продолжает. Эмоции: в целом стабилен, но при серии неудач снижает активность; после перерыва восстанавливается	Техника в игре Тактические решения Позиционная игра Соблюдение правил Игра в пас Взаимодействие Эмоциональная устойчивость

Промежуточные и итоговая аттестация _____

Комментарий

педагога _____

Педагог _____ / _____ /

ВЕДОМОСТЬ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Программа: «Футбольный мяч». Модуль: _____

Форма аттестации: _____ Дата: _____

Показатели 1-3 выбираются по критериям соответствующего модуля из раздела 6.2. Обозначения: С, СФ, ТР.

№	ФИ обучающегося	Показатель 1	Показатель 2	Показатель 3	Итоговый уровень/ примечание