Аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол»

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации программы: 1 год

Цель ДООП – обучение навыкам игры в мини-футбол и развитие активных двигательных способностей и психических качеств детей дошкольного возраста.

Задачи:

Образовательные задачи:

- Развивать двигательные (мышечная сила, быстрота и т.д.) и психические (ощущения, восприятия, представления, внимание, память на движения и др.) способности детей дошкольного возраста.
- Развивать морально-волевые качества дошкольников для решения поставленных задач в условиях соревновательного процесса.
- Создать условия для усвоения первоначальных знаний в области мини футбола.
- Обучать технико-тактическим приемам игры на основе базовых элементов, развитию двигательных навыков.

Воспитательные задачи:

- Формировать мотивацию здорового образа жизни.
- Содействовать всестороннему и гармоничному развитию личности ребёнка.

Оздоровительные задачи:

- Развивать физические качества дошкольников.
- Укреплять здоровье детей дошкольного возраста за счет повышения их двигательной активности.
- Формировать социальное партнерство между преподавателями-тренерами и родителями в здоровьесберегающей сфере.
- Актуализировать потребности детей в самопознании, саморазвитии, самосовершенствовании и формированию здоровья собственными силами.

Формы обучения, режим занятий

Программа рассчитана на 1 год при объёме 72 академических часов, осуществляется в очной форме. Периодичность занятий с сентября по май месяц. Занятия в кружке проводятся два раза в неделю, длительностью 25 минут.

Краткое содержание:

Упражнения и игры с мячом развивают физические качества ребенка: быстроту, ловкость, силу, благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка. При обучении игре в мини футбол используются самые разнообразные действия с мячом, что обеспечивает необходимую физическую нагрузку на все группы мышц ребенка, особенно важны мышцы, удерживающие позвоночник при формировании правильной осанки. Упражнения с мячами различного веса и объема развивают не только

крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для шестилетнего ребенка готовящегося к обучению в школе. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.

В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. В игре ребенок всегда имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действий.

Планируемые результаты освоения программы «Мини-футбол»

Воспитанники приобретают знания:

- о правилах поведения и техники безопасности на занятиях;
- об основных правилах игры футбол;
- о влиянии физических упражнений на организм.

У воспитанников формируются представления:

- об истории развития футбола, оборудовании, инвентаре;
- о значении занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья.

У воспитанников развиваются умения:

- свободно ориентироваться в пространстве;
- выполнять различные действия с мячом: бросать и ловить, катать и выполнять удары по мячу;
- взаимодействовать друг с другом во время игры;
- выполнять основные приемы техники спортивной игры - футбол;
- подчинять свои интересы интересам команды.