

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Лесогорская средняя школа»**

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом МОУ «Лесогорская СШ»  
от 02.09.2024 г. № 113-11

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Футзал»  
(базовый уровень)**

Возраст учащихся: 7-17 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:  
Мосалев Сергей Иванович,  
учитель физической культуры

Лесогорск,

2024 г.

## КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

### Пояснительная записка

Программа физического воспитания учащихся образовательной школы по мини – футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаливающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа имеет *физкультурно-спортивную направленность*.

Программа разработана с учетом требований:

- Распоряжения Правительства РФ "О Концепции развития добровольчества (волонтерства) в Российской Федерации до 2025 года";
- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);
- Указа Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Концепцией развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- ИЗМЕНЕНИЙ, которые вносятся в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р (утверждены распоряжением Правительства РФ от 15.05.2023 №1230-р);
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- Планом мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Распоряжения Правительства Нижегородской области от 12.09.2022 № 1057-р «О мерах реализации Концепции развития дополнительного образования детей по 2030 года Нижегородской области»;

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Весь учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом комплектования групп кружка по мини-футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков. Целью занятий в секции являются: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Программа рассчитана на 3 года. В секцию футбола привлекаются ребята в возрасте 7-17 лет. Продолжительность занятий в секции – 2 раза в неделю по 1 часу. Для занятий используется спортивный зал, с разметкой для игры в мини-футбол. Он имеет все необходимое для обучения навыкам игры: мячи для мини-футбола, ворота и т.д.

Новизна программы заключается в комплексности планирования, обобщении передового опыта.

**Актуальность программы** состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры.

Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед учителем физической культуры является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Данная программа отличается от других тем, что основой для подготовки занимающихся в секции является не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес учащихся к данному виду спорта.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 15 – 20-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия).

В секции занимающиеся должны получать элементарные навыки судейства игр по мини-футболу и навыки инструктора-общественника.

Руководитель секции должен следить за развитием у занимающихся физических качеств, а также за уровнем технической подготовки. Для этого не менее 2 раза в год проводятся испытания по следующим контрольным нормативам и выявляется уровень физической подготовленности занимающихся.

Адресат программы: возраст обучающихся по данной программе: 7-17 лет. К обучению по программе допускаются дети без предварительного отбора.

**Цель:** всестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры школьника.

Достижение цели физического воспитания и, в частности, мини-футбола, обеспечивается решением основных задач, направленных на:

1. Закаливание детей;
2. Содействие гармоничному развитию личности;
3. Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств у учащихся;
4. Привитие навыков здорового образа жизни;
5. Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
6. Обучение двигательным навыкам и умениям;
7. Приобретение теоретических знаний в области физической культуры и спорта, в т.ч. Мини-футбола;
8. Развитие двигательных умений и навыков; умения выполнять технические приемы мини-футбола в соответствии с возрастом;
10. Играть в мини-футбол, применяя изученные тактические приемы;
11. Повысить результативность участия в городской спартакиаде школьников.

**Срок реализации программы:** 02.09.2024 г. – 31.05.2027 г.

**Режим занятий:** 2 занятия в неделю.

Общее количество часов в год: 68

Общее количество часов за 3 года: 204

**Формы занятий:** программой предусмотрены как теоретические, так и практические занятия, на которых представлены приемы освоения умений и навыков игры в мини-футбол. Средством достижения цели и задач является формирование навыков игры в мини-футбол, поэтому особое место в программе отводится практическим занятиям. На каждом году обучения формируется ведущая теоретико-практическая проблема. Программа ориентирована на личностно-гуманистически подход к обучению,

который объединяет индивидуальный подход, разно уровневое обучение, обучение в сотрудничестве, предусматривает дифференциацию процесса. Рассматривая формирование физической грамотности как единство теоретических знаний и практических умений и навыков, программа предлагает методику совершенствования игры в мини-футбол. Основной формой работы является практика, поэтому в программе большая часть времени отводится *тренировкам, коллективным играм, соревнованиям.*

### Ожидаемые результаты

Занимающимся по данной программе планируется достижение следующих результатов:

1. Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол.
2. Узнают об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
3. Узнают о физических качествах и правилах их тестирования;
4. Узнают основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;
5. Сумеют организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;

### Учебно-тематический план

#### 1-ый год обучения

№ п/п	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
		ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1	Правила ТБ	1	1	
2	Правила игры в мини-футбол	2	2	
3	Удары по катящемуся мячу внутренней частью стопы	3		3
4	Введение мяча по прямой шагом и бегом	2		2
5	Остановки мяча подошвой	2		2
6	Удары мяча головой	3		3
7	Специально-беговые и прыжковые упражнения	2		2
8	Остановка мяча подошвой	4		4
9	Удары по мячу внутренней и	4		4

	внешней частью подъема			
10	Удары по катящемуся мячу	4		4
11	Удары по воротам с места	4		4
12	Пенальти	3	1	2
13	Индивидуальные действия с мячом и без мяча	6		6
14	Аут	3	1	2
15	Учебная игра в мини-футбол	4		4
16	Удары по неподвижному и катящемуся мячу разными частями подъема	6		6
17	Ведение мяча с изменением направления	4		4
18	Остановки мяча	4		4
19	Удары по воротам с ходу. Точный удар	4		4
20	Игра вратаря	4	1	3
21	Итоги прошедшего спортивного года	1	1	
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>	<b>68</b>	<b>7</b>	<b>61</b>

### 2-ой год обучения

№ п/п	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
		ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1	Правила ТБ	1	1	
2	Взаимодействие полевых игроков	3	1	2
3	Пенальти	3	1	2
4	Самостоятельное судейство учебных игр	3	1	2
5	Удары по неподвижному мячу внутренней частью стопы	5		5
6	Удары различными частями	3		3

	стопы по катящемуся мячу			
7	Подъемы мяча	2		2
8	Удары по мячу головой	4		4
9	Удары по воротам с ходу после ведения	4		4
10	Ведение мяча с изменением скорости и направления движения	3		3
11	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места	6		6
12	Штрафные удары	5	1	4
13	Игра вратаря	5	1	4
14	Взаимодействие полевых игроков	4		4
15	Учебная игра в мини-футбол	4		4
16	Специально-беговые и прыжковые упражнения	4		4
17	Пенальти	4	1	3
18	Самостоятельное судейство учебных игр	4	1	3
19	Итоги прошедшего спортивного года	1	1	
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>	<b>68</b>	<b>9</b>	<b>59</b>

### 3-й год обучения

№ п/п	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
		ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1	Правила ТБ	1	1	
2	Удары по катящемуся мячу на месте и в движении	4		4
3	Удары по воротам после «стенки»	3		3
4	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с разбега	3	1	3

5	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места	5	1	4
6	«Квадрат»	3		3
7	Удары по летящему мячу сходу	2		2
8	Удары летящего мяча головой в прыжке	8		8
9	Обманные действия	4	1	3
10	Отбор мяча	3	1	2
11	Штрафные и свободные удары	6	1	5
12	Игра в «Квадрат»	5		5
13	Обработки мяча	5		5
14	Обманные действия. Обводка соперника	2		2
15	Подкат	4		4
16	Системы игры в защите	4	1	3
17	Судейство учебных игр	2	1	1
18	Двусторонняя учебная игра	4		4
19	Итоги прошедшего учебного года	1	1	
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>	<b>68</b>	<b>9</b>	<b>59</b>

### Календарный учебный график 2024-2025 гг.

Месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Кол-во часов	9	7	7	8	7	8	6	9	6
Итого	67								

### Содержание программы

#### 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

1.1. Физическая культура и спорт в России. Физическая культура – составная часть культуры, одно из средств воспитания, укрепления здоровья, всестороннего развития



людей. Значение физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины.

1.2. Развитие футбола в России. Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и развитие его в России. Чемпионат и кубок России по футболу.

1.3. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения. Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена.

Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные как гигиенические и закаливающие процедуры. Правила купания.

1.4. Правила игры в футбол. Разбор и изучение правил игры в «малый футбол». Роль капитана команды, его права и обязанности.

Места занятий оборудование. Площадка для игры в футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу. Специальное оборудование: стойки для подвески мячей, щиты стационарные и переносные для ударов.

1.5. Общая и специальная физическая подготовка. Утренняя гигиеническая гимнастика школьника. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол, хоккей с мячом. Меры предупреждения несчастных случаев при плавании. Подготовка к сдаче контрольных испытаний.

## **2. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.**

2.1. Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны и вперёд, сведение рук вперёд и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперёд и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лёжа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперёд, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в упор лёжа и снова и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

Упражнения с набивным мячом. (масса 1 – 2 кг.) Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с шага. Два кувырка вперёд. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперёд. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперёд и назад в положение лёжа, прогнувшись. «Мост» из положения лёжа на спине. «Полушпагат».

Упражнение в висах и упорах. Из виса хватом сверху подтягивание: 2 подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз. Из упора лёжа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук: два подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз.

Лёгкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 60 м. Бег с высокого старта до 60 м. Бег по пересечённой местности (кросс) до 1500 м. Бег медленный до 20 мин. Бег повторный до 6 x 30 м. и 4 x 50 м. Бег 300 м.

Прыжки с разбега в длину (310 – 340 см.) и в высоту (95 – 105 см.). Прыжки с места в длину.

Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность (с места и с подхода шагом).

Подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «Защита крепости». Эстафеты с бегом, преодолением препятствий, переноской набивных мячей.

Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол по упрощённым правилам.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5 – 10 м. из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

2.2. Техника игры в футбол. Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Траектория полёта мяча после удара. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней

стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.

2.3. Техника передвижения. Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.

Остановка мяча. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнёру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъёма правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнёру, на ход партнёру.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах.

Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (с места и с разбега). Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).

Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

2.4. Тактика игры в футбол. Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в «малый футбол».

Практические занятия. Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

2.5. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от

направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

2.6. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т. е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Учебные и тренировочные игры, применяя в них изученный программный материал.

## **КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

### **Формы контроля**

Теоретические занятия	Зачет по теории после каждой пройденной темы
Практические занятия	1. Сдача нормативов
	2. Демонстрация правильной техники выполнения упражнений
	3. Судейство внутришкольных соревнований

### **Условия реализации программы**

#### Оборудование и инвентарь для проведения занятий:

- спортивный зал для занятий мини-футболом;
- скакалки;

- мячи мини-футбольные ;
- гимнастические маты;
- кегли (стойки);
- секундомер;
- мячи футбольные;
- эстафетные палочки;
- гимнастические скамейки.

### **Оценочные материалы**

Для контроля теоретических навыков будут использоваться сдача нормативов, результативность товарищеских игр и соревнований. Для контроля практических навыков и отработки техники выполнения упражнений будет использоваться оборудование спортивного зала МОУ «Лесогорская СШ», а также оценочные материалы, где прописаны нормативы сдачи различных видов упражнений.

### **Методические материалы**

Учебный материал, представленный в данной программе, состоит из двух разделов:

#### **теоретическая и практическая подготовка.**

Теоретические занятия призваны содействовать решению следующих задач:

- формированию у юных спортсменов высоких эстетических и коммуникативных качеств;
- получению знаний о личной гигиене, гигиеническом обеспечении учебного процесса, врачебном контроле, самоконтроле, профилактике травм и заболеваний;
- получению знаний основных правил соревнований по мини- футболу.

Практические занятия включают: общую физическую подготовку ; специальную физическую подготовку ; техническую подготовку ; тактическую подготовку .

### **Список литературы**

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе. - М.: Советский спорт, 2008
2. Богин М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 2009
3. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров/ под ред. А.П. Лаптева и А.А. Сучилина. – М.: Физкультура и спорт, 2003
4. Лях В.И., Зданевич А.А. Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. – М.: «Просвещение», 2006
5. Андреев С.Н. Мини-футбол. М. «Физкультура и спорт», 2008 г. 111 с. с ил.
6. Сучилин А.А. футбол во дворе. М. «Физкультура и спорт», 2000

7. Цирин Б.Я., Лукашин Ю.С. Футбол. – М.: «Физкультура и спорт» 2002, 2-ое исправленное и дополненное издание, 207 с., ил. – (Азбука спорта).