

Муниципальное учреждение дополнительного образования
« Детско-юношеская спортивная школа »
Газимуро-Заводского района.

Согласовано:
педагогическим советом
МУДО «ДЮСШ»
протокол № 5 от « 31 » 01 2020



Мини-футбол

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

базовый и углубленный уровень
срок реализации: 8 лет

**Составители
программы:**
Заместитель директора по УВР
Кочнёва НВ.

**Тренера-
преподаватели:**
Кочнёв Д.В.
Добрянский В.В.
Кочнев В.М.

Рецензенты:
Директор «ДЮСШ»
Кочнев В.М.

с. Газимурский-Завод
2020г

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка	3-5
2. Нормативная часть	6-7
3. Методическая часть	8
3.1. Общая характеристика учебной дисциплины	8-9
3.2. Описание места учебной дисциплины в учебном плане	9-10
3.3. Программный материал для теоретических занятий	10-11
3.4. Программный материал для практических занятий	11-13
3.5. Воспитательная работа	13-14
3.6. Психологическая подготовка	14-15
3.7. Инструкторская и судейская практика	15
3.8. Восстановительные средства и мероприятия	15-16
4. Система контроля и зачётные требования	17-20
5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса	21-22

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Мини-футбол - самая популярная командная игра в мире, где за малое количество очков нужно бороться. Развитие футбола имеет большую историю в разных странах мира. Его правила, техника и тактика менялись со временем. Но основной принцип - забивания мяча в ворота - оставался неизменным на протяжении всей его истории.

Мини-футбол завоевывает все большую популярность в мире. Сегодня более 800 стран развивают эту игру. Прочно обосновался мини-футбол и в России. Футбол — это всегда тайна, всегда загадка. Никогда нельзя сказать заранее, как сложится тот или иной матч, кто выйдет победителем тех или иных турниров. Интерес к футболу с каждым годом растет не только среди мальчиков, но и среди девочек, поэтому, по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. У футбола есть еще одно ценное качество – он универсален. Систематические занятия футболом оказывают на организм ребенка всестороннее влияние, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Футбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять свои личные интересы интересам коллектива, команды, взаимопомощь, активность, чувство ответственности.

Футбол — это игра – игра быстрая и тактически очень сложная, требующая от играющих быстроты мышления, принятия самостоятельных решений, умения анализировать ошибки. Это развивает интеллект.

Огромное значение имеет правильное планирование тренировочного процесса у юных футболистов. На начальном этапе подготовки закладывается фундамент, на котором в дальнейшем будет строиться профессиональное мастерство футболистов. При определении перспективности к занятиям футболом нельзя не учитывать возрастные особенности детей, а также объективные закономерности развития, формирование систем организма, двигательных и других функций, применять современные, научно обоснованные методы объективной оценки возможностей каждого подростка в овладении игрой.

Огромная тяга детей и подростков к футболу позволяет использовать этот вид спорта не только как средство физического развития, но и как важнейший фактор воспитательного, идеологического воздействия. В процессе занятий футболом воспитывается целый ряд ценных морально-волевых качеств: коллективизм, целеустремленность, выдержка, самообладание, дисциплинированность, товарищеская взаимопомощь, что особенно важно в современном мире, где, зачастую, теряются нравственные ценности, процветают насилие, наркомания, презрение к более слабому, материально не обеспеченному или социально не защищенному человеку. Все эти пороки, к сожалению, рвутся и в общеобразовательные школы, тем важнее противопоставить им такое сильное оружие, как футбол.

Данная рабочая программа составлена:

- Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным законом от 04 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 №730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам»;

- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», в соответствии с учебным планом школы и требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дополнительного образования;

- типовым положением об образовательном учреждении дополнительного образования детей, утв. Приказом Минобрнауки России от 26 июня 2012 г. №504;
- приказом Министерства спорта РФ от 27 марта 2013 г. № 147 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол»;
- Уставом Учреждения.

Программа определяет уровни сложности подготовки юных спортсменов:

- **базовый уровень** - зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься спортом и имеющие разрешение врача. На этом этапе осуществляются физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники выбранного вида спорта мини-футбола, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов для зачисления на углубленный уровень.

- **углубленный уровень** формируется на конкурсной основе из здоровых и практически здоровых учащихся, прошедших необходимую подготовку и выполнивших нормативные требования по общей физической и специальной подготовке.

На всех уровнях подготовки перевод спортсменов в группу следующего года тренировочного процесса производится на основании выполнения нормативных показателей общей, специальной физической подготовки и игровой практики.

В образовательной программе определены режимы учебно-тренировочной работы и требования по физической, технической и спортивной подготовке и соотношение средств физической и технико-тактической подготовки по годам обучения (%).

В основу учебной программы заложены основополагающие принципы спортивной подготовки юных спортсменов, результаты научных исследований и передовой спортивной практики.

Основополагающие принципы:

Комплексность – предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля).

Преемственность - определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствия его требованиям высшего спортивного мастерства, чтобы обеспечить в многолетнем учебно-тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей уровня физической и технико-тактической подготовленности.

Вариативность - предусматривает, в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей юного спортсмена, включение в тренировочный план разнообразного набора тренировочных средств и изменения нагрузок для решения одной или нескольких задач спортивной подготовки.

В каждой категории учебных групп поставлены задачи с учётом возраста занимающихся и их возможностей, а также требований, предъявляемых к подготовке футболистов высокого класса.

Программа составлена для каждого года обучения. Учебный материал по технико-тактической подготовке систематизирован с учётом взаимосвязи техники и тактики, а также последовательности изучения технических приёмов и тактических действий, как в отдельном годичном цикле, так и на протяжении многолетнего процесса подготовки.

Данная рабочая программа направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность.

Программа служит документом для эффективного построения работы с детьми, и для содействия успешному решению задач физического воспитания детей школьного возраста.

Данная программа направлена на привитие обучающимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения и в конечном итоге подготовить учащихся для зачисления на углубленный уровень многолетней подготовки юных футболистов.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и медицинский контроль;
- участие в соревнованиях и учебно-тренировочных сборах.

Основными показателями выполнения программных требований:

- стабильность состава занимающихся;
- посещаемость тренировочных занятий;
- динамика индивидуальных показателей развития физических качеств, занимающихся;
- уровень освоения основ гигиены и самоконтроля.

Предполагаемый результат:

- соблюдение учащимися гигиенических требований при занятии спортом, режима дня. Вести здоровый образ жизни;
- овладеть основами техники мини-футбола в процессе регулярных занятий;
- принять участие в товарищеских играх, соревнованиях районного, краевого уровня.

Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования учебной группы по мини-футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Данная программа реализуется на период действия учебно-методического комплекса, который указан в ней.

Оценивание результатов освоения данной рабочей программы осуществляется на основе комплекса документов, регламентирующих систему оценки достижения планируемых результатов освоения МУ ДО «ДЮСШ».

2.НОРМАТИВНАЯ ЧАСТЬ

Мини-футбол, как спортивная игра, является по своей сути одной из разновидностей скоростно-силовых видов физических упражнений. В связи с этим, для развития юных футболистов важнейших физических качеств могут быть использованы методы типичные для большинства спортивных игр. Поэтому в практике работы с юными футболистами рекомендуется применять следующие методы:

- интервальный метод,
- метод максимальной интенсивности,
- сопряженный метод,
- круговой метод.

Для развития физических, технических и тактических качеств, следует учитывать возрастные особенности человека, которые благоприятно могут действовать на организм человека, на его период развития или физическую подготовку.

Наполняемость групп и режим учебно-тренировочной работы

Год обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальное число учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Требования по физической и специальной подготовке на начало учебного года
Группы базового уровня				Выполнение нормативов по ОФП и СФП
1-й год	8	10	15	
2-й год	9	10	15	
3-й год	10	10	15	
4-й год	11	10	15	
5-й год	12	10	15	
6-й год	13	10	15	
Группы углубленного уровня				
1-й год	14	10	15	
2-й год	15	10	15	

Указывается только минимальный возраст зачисления в спортивную школу.

Важным условием выполнения поставленных задач является систематическое проведение практических и теоретических занятий, контрольных упражнений, восстановительных мероприятий, регулярное участие в соревнованиях.

Программа рассчитана на восьмилетний период обучения в спортивной школе, состоящий из шести лет обучения в группах базового уровня и двух лет в группах углубленного уровня.

По завершении обучения обучающиеся **должны знать:**

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику заболеваний и вредных привычек;
- историю развития игры в мини-футбол;
- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности;
- правила использования спортивного инвентаря и оборудования;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- основные правила игры в мини-футбол;

уметь:

- выполнять технические приёмы;
- играть в мини-футбол по основным правилам;
- контролировать и регулировать функциональные состояния организма при выполнении физических упражнений;

- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать с взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила гигиены, безопасности и профилактики травматизма при занятиях физическими упражнениями, оказывать первую медицинскую помощь при травмах и несчастных случаях.

Соотношение объемов тренировочного процесса

Разделы спортивной подготовки	Уровни сложности			
	Базовый уровень		Углубленный уровень	
	1 год	свыше года	1 год	2 год
Общая физическая подготовка (%)	13-17	13-17	13-17	13-17
Специальная физическая подготовка (%)	4-6	4-6	9-11	9-11
Техническая подготовка (%)	35-45	35-45	26-34	18-23
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	9-11	9-11	9-11	9-11
Технико-тактическая (интегральная) подготовка (%)	22-28	22-28	26-34	31-39
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика (%)	4-6	4-6	5-8	5-8

Планируемые показатели соревновательной деятельности

Виды соревнований (игр)	Уровни сложности			
	Базовый уровень		Углубленный уровень	
	до года	свыше года	1 год	2 год
Контрольные	1	1	1	2
Отборочные	-	1	1	2
Основные	1	1	2	2
Всего игр	22	22	28	28

3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

3.1. Общая характеристика учебной дисциплины

Курс «Мини-футбол», является основным видом спорта в воспитании современной молодежи спортивной школе.

Основными целями курса являются:

1. Образовательная – повышение разносторонней физической и функциональной подготовленности.

2.Оздоровительная – улучшение физического развития, укрепления состояния здоровья.

3.Воспитательная – привитие интереса к занятиям мини-футбола.

При изучении курса решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья и закаливание организма;
- привитие интереса к систематическим занятиям мини-футболом;
- обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений; овладение основами технических приёмов, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в мини-футбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами мини-футбола;
- изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в мини - футбол.

В структуре курса «Мини-футбол базовый уровень, углубленный уровень.» заложена преемственность между курсами, обеспечивающая динамизм в развитии, расширении и углублении знаний и умений, обучающихся в развитии их спортивного мышления, самостоятельности в приобретении новых знаний.

Курс мини-футбол – курс, формирующий знания из разных областей спорта. Эти знания позволяют видеть, понимать и оценивать сложную систему взаимосвязей между видами спорта.

Целью курса является развитие знаний, умений, опыта творческой деятельности и эмоционально-ценностного отношения к спорту, необходимых для усвоения вида спорта в образовательной школе и понимания закономерностей и противоречий развития спортивных знаний.

При изучении решаются следующие задачи:

- формирование представлений о структуре спорта в целом, развития основных умений и навыков;
- развитие представлений о разнообразии по разным видам спорта протекающих в ней процессов;
- развитие элементарных практических умений при работе с инвентарем для получения необходимой информации;
- развитие понимания разнообразия и своеобразия традиций спорта, формирование и развитие личностного отношения к своему выбранному спорту;
- развитие чувства уважения и любви к своей малой родине через активное познание и сохранение родной природы.

Данная программа сориентирована не столько на передачу «готовых знаний», сколько на формирование активной личности, мотивированной к самообразованию, обладающей достаточными навыками и психологическими установками к самостоятельному поиску, отбору, анализу и использованию информации.

Содержание учебного курса может реализовываться в различных формах, в т.ч. нетрадиционных: экскурсии, общешкольные мероприятия, лекции и другое.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 15 – 20-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). В ходе практических занятий учащиеся группы получают элементарные навыки судейства игр по футболу и мини-футболу и первичные навыки инструктора-общественника.

Практические занятия по обучению судейству начинаются в группе после того, как усвоены основные правила игры. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований. Задача инструкторской практики – научить подавать строевые команды, правильно показывать и объяснять простейшие упражнения.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике.

Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма, ей в занятиях отводится значительное место. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов.

Перевод занимающихся осуществляется по итогам сдачи контрольно-переводных нормативов и показанных спортивных результатов.

Основные формы организации деятельности учащихся на занятии – групповая, подгрупповая, индивидуальная, фронтальная, которые определяются целевыми задачами учебно-тренировочного занятия: развитием выносливости, силы, гибкости, координации движений и т.д.

Ориентируясь на решение задач, программа в своем предметном содержании направлена на реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с возрастными особенностями занимающихся, материально-технической оснащенностью.

В зависимости от целевой задачи и организационной формы учебно-тренировочного занятия используются следующие формы проведения занятий: игровая спортивная тренировка, круговая, спортивно-игровая, турнир, товарищеская встреча, кросс, соревнование.

Основными показателями выполнения программных требований, по уровню подготовленности обучающихся являются: выполнения контрольно-переводных нормативов по общей и специальной физической подготовке и участие в соревнованиях. В конце года, обучающиеся сдают контрольно-переводные нормативы по общей физической подготовке и специальной физической подготовке. Тесты принимаются в виде зачета на занятии и заносятся в журнал. Обучающиеся не выполнившие переводные требования, могут быть оставлены повторно в группе того же года обучения.

Зачисляются в группы все желающие, проживающие на данной территории и не имеющие медицинских противопоказаний. При поступлении необходимо предоставить заявление о поступлении в спортивную школу и медицинское заключение врача-педиатра ЦРБ.

3.2. Описание места учебной дисциплины в учебном плане

Место проведения спортивной подготовки определяется своей последовательностью и пропорциональностью на весь период обучения для получения дополнительного образования. Определяется учебным планом, который представлен в основной образовательной программе дополнительного образования.

Примерный план-график распределения учебных часов

Содержание занятия	%	Базовый уровень						Углубленный уровень	
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год
Количество часов (общее)		258	301	301	387	387	516	516	516
Количество часов (в неделю)		6	7	7	9	9	12	12	12
Теоретическая подготовка	10	26	30	30	38	38	52	52	52
Общая физическая подготовка	15	38	45	45	58	58	78	78	78
Специальная физическая	20	52	60	60	78	78	102	102	102

подготовка									
Техническая подготовка	45	116	136	136	175	175	232	232	232
Самостоятельная работа обучающихся	10	26	30	30	38	38	52	52	52
	100	258	301	301	387	387	516	516	516

3.3. Программный материал для теоретических занятий Теоретические занятия

Развитие футбола в России и за рубежом. Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системы физического воспитания.

Всероссийские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Международные и российские юношеские соревнования.

Современный футбол и пути его дальнейшего развития.

Сведения о строении и функциях человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Краткие сведения о строении и функциях человека. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма.

Мышечная деятельность как необходимое условие физического развития, нормального функционирования организма, поддержания здоровья и работоспособности.

Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Совершенствование функций мышечной системы, органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Гигиенические знания и навыки. Общее понятие о гигиене. Гигиеническое значение водных процедур. Гигиена сна. Гигиенические основы режима учебы, отдыха и занятий спортом. Режим дня. Значение правильного режима для юного спортсмена. Примерные суточные пищевые нормы футболистов в зависимости от объема и интенсивности занятий. Вредное влияние курения и алкоголя на здоровье и работоспособность организма.

Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи. Спортивный массаж. Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, динамометрия, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение.

Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена.

Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травм и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности.

Основные приёмы массажа. Массаж перед тренировками и соревнованиями, во время соревнований. Противопоказания к массажу.

Правила игры. Организация и проведение соревнований. Разбор правил игры. Правила и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности.

Значение спортивных соревнований. Требования, предъявляемые к организации и проведению соревнований. Особенности организации и проведения соревнований по мини-футболу.

Виды соревнований. Система розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная, их особенности. Положение о соревнованиях. Составление календаря игр. Оценка результатов игр. Заявки, их формы и порядок представления.

Назначение судей. Оформление хода и результатов соревнований.

Общая и специальная физическая подготовка. Общая и специальная физическая подготовка. Краткая характеристика средств общей и специальной физической подготовки, применяемых в процессе тренировочных занятий с юными футболистами. Характерные особенности общеразвивающих упражнений. Содержание, дозировка, назначение, организационно-методические указания.

Индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой.

Круглогодичность занятий по физической подготовке.

Основные требования по физической подготовке, предъявляемые к юным футболистам различного возраста.

Техническая подготовка. Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов. Классификация и терминология технических приёмов: ударов по мячу ногами и головой, остановок, ведения, обводки и ложных движений (финтов), отборов мяча, вбрасывания мяча, основных технических приёмов игры вратаря.

Тактическая подготовка. Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры с расстановкой игроков 1 – 4 – 3 – 3, 1 – 4 – 4 – 2. Тактика отдельных линий и игроков команды (вратаря, защитников, полузащитников, нападающих). Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Перспективы развития тактики игры.

Тактика игры в нападении: высокий темп атаки, атака широким фронтом, скоростное маневрирование в глубину обороны противника или по фронту в чужую зону, с переменной местами, усиление темпа атаки в её завершающей фазе, использование скоростной обводки, реальных возможностей для обстрела ворот. Атакующие комбинации флангом и центром.

Тактика игры в защите: «зона», «персональная опека», комбинированная оборона. Создание численного преимущества в обороне, закрывание всех игроков атакующей команды в зоне мяча, соблюдение принципов страховки и взаимостраховки (расположение игроков при обороне).

Тактика отбора мяча. Создание искусственного положения «вне игры».

Тактические комбинации (в нападении и защите) при выполнении ударов: начальном от ворот угловом, свободном, штрафном, при вбрасывании мяча из-за боковой линии.

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

3.4. Программный материал для практических занятий

Практические занятия.

Общая физическая подготовка.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, махи, отведения и приведения, рывки.

Подвижные игры и эстафеты. Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию.

Легкоатлетические упражнения. Бег на 30 м, 60 м, 100 м, 400 м, 800 м. Кроссы от 1000 до 3000 м, 6-минутный и 12-минутный бег. Прыжки в длину с места и с разбега. Многоскоки.

Техническая подготовка.

Удары по мячу. Удары по мячу ногами: удар внутренней стороной стопы; удар серединой подъёма стопы; удар внутренней частью подъёма стопы; удар внешней частью подъёма; удар носком; удары с лёта.

Удары по мячу головой: удар лбом с места; удар головой в прыжке.

Остановка и передача мяча: остановка и передача катящегося мяча внутренней стороной стопы; остановка и передача катящегося мяча подошвой; остановка и передача опускающихся мячей внутренней стороной стопы и подошвой; остановка и передача мяча

внешней стороной стопы; остановка и передача мяча внутренней стороной стопы или серединой подъёма.

Ведение мяча (дриблинг) - ведение мяча толчками.

Ведение внешней и внутренней частями подъёма, внутренней стороной стопы и даже носком.

Обманные движения (финты). Отбор мяча.

Обманные движения: «уход» выпадом и переносом ноги через мяч. Финты «ударом» ногой с «убиранием» мяча под себя и с «пропусканьем» мяча партнеру; «ударом» головой. Обманные движения «остановкой» во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой, после передачи мяча партнером с пропусканьем мяча. Выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Отбор мяча: отбор мяча перехватом; отбор мяча толчком; отбор мяча подкатом.

Вбрасывание мяча. Вбрасывание из различных исходных положений с места и после разбега. Вбрасывание мяча на точность и дальность.

Тактическая подготовка.

Тактика игры в нападении.

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 видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Точное и своевременное выполнение передачи мяча в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывании мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика игры в защите: «зона», «персональная опека».

Индивидуальные действия. Выбор позиции по отношению опекаемого игрока и противодействие получению им мяча, т. е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Оценивание игровой ситуации и отбор мяча изученным способом.

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

Специальная физическая подготовка.

Упражнения для развития быстроты. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом. Бег прыжками. Эстафетный бег. Обводка препятствий. Переменный бег. Бег с изменением направления. Бег с «тенью».

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Приседания с отягощением. Подскоки и прыжки после приседа. Прыжки на одной и на обеих ногах с продвижениями. Спрыгивание с последующим прыжком вверх. Подвижные игры типа «Волк во рву», «Челнок» и т.д. Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность.

Упражнение для развития специальной выносливости. Повторение выполнение беговых и прыжковых упражнений. Попеременный бег. Кроссы с переменной скоростью. Многократно повторяемые специально технико-тактические упражнения. Игровые упражнения с мячом большой интенсивности, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игры с уменьшением по численности составов.

Упражнение для развития координации.

Упражнения для развития ловкости: кувырок прыжком через стоящего на четвереньках; пережат через стоящего на четвереньках; пережат через спину стоящего, держась за его руки; колесо; колесо с поворотом; перемет; перемет с кувырка; перемет назад; кувырок прыжком через стоящего на четвереньках; пережат через стоящего на

четвереньках; пережат через спину стоящего, держась за его руки; колесо; колесо с поворотом; перемет; перемет с кувырка; перемет назад.

Медицинское обследование. Понятие о медико-биологическом контроле как мере профилактики болезней.

Углубленное медицинское обследование включает: анамнез; врачебное освидетельствование для определения уровня физического развития и биологического созревания; электрокардиографическое исследование; клинические анализы крови и мочи.

Инструкторская и судейская практика. Составление комплекса упражнений по физической, технической и тактической подготовке и проведение его с группой. Проведение подготовительной и основной частей занятия по начальному обучению технике игры. Проведение занятий в общеобразовательной школе по обучению навыкам игры в футбол. Проведение соревнований по футболу. Выполнение обязанностей главного судьи.

Подготовка вратаря. Программа подготовки вратаря на данном этапе предусматривает обучение: основной стойке вратаря, принятию основной стойки по сигналу, после бега лицом и спиной вперед, после выполнения упражнения (например, выпад влево — основная стойка); передвижению приставными шагами; ловле мяча, отскочившего от отражающей стенки в различных направлениях; передвижению в воротах в основной стойке; отбиванию высоко летящего мяча руками или грудью.

Тактическая подготовка вратаря предусматривает обучение: правильному и своевременному выбору места в воротах при атаке; ориентированию во вратарской площадке и взаимодействию с защитниками; умению концентрировать внимание на игроке, угрожающем воротам.

3.5. Воспитательная работа.

Важным условием успешной работы со спортсменами является единство воспитательных воздействий, направленных на формирование личности юного спортсмена, - итог комплексного влияния факторов социальной системы воспитания, в том числе: семьи, образовательной школы, коллектива педагогов.

В воспитательной работе тренера необходима гибкая и многообразная система воздействий. Выполнение требований должно правильно оцениваться тренером с учетом возрастно-половых и индивидуальных особенностей спортсмена, поощряться или осуждаться.

Использование тренером принципа воспитывающего обучения облегчает решение сложных воспитательных задач, реализация этого принципа проводится по следующим направлениям: воспитание в процессе тренировочных занятий; создание благоприятной обстановки, положительно влияющей на воспитательный процесс (место проведения занятий, спортивный инвентарь, одежда, личные качества и поведение тренера и т.п.); сочетание воспитательного воздействия в процессе тренировки с планом воспитательных мероприятий, проводимых в группе и с занимающимися своей спортивной школы. Эффект воспитательного воздействия снижается из-за отсутствия единых педагогических требований, единой системы планирования воспитательной работы, контроля за воспитательной работой, из-за отсутствия индивидуальных характеристик юных спортсменов и систематического учета воспитательного эффекта.

Воспитательными средствами являются:

- Личный пример и педагогическое мастерство тренера;
- Высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- Атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества, дружный коллектив;
- Система морального стимулирования.

В решении задач воспитательной работы важное место занимает самовоспитание юного спортсмена. В процессе самовоспитания всегда имеет место самонаблюдение,

которое осуществляется в единстве с самоанализом и обобщением данных самонаблюдения. Самоанализ завершается самооценкой личности.

3.6. Психологическая подготовка.

Психологическая подготовка юных футболистов органически взаимосвязана с другими видами подготовки (физической, технической, тактической, игровой) и проводится круглогодично в ходе занятий.

Для воспитания игровой дисциплины на установке инструктор должен четко сформулировать игровое задание каждому футболисту. На разборе прошедшей игры оценивается степень выполнения игрового задания и соблюдение каждым спортсменом игровой дисциплины.

Развитие процессов восприятия.

Умение ориентироваться в сложной игровой обстановке - важнейшее качество футболиста. Во многом оно зависит от зрительного восприятия: периферического и глубинного зрения.

Развитие внимания.

В сложных и быстро меняющихся игровых ситуациях футболист одновременно воспринимает большое количество различных объектов. Концентрация внимания на наиболее важных объектах является его интенсивностью, а умению противостоять действию различных сбивающих факторов – его устойчивостью.

Развитие оперативно-тактического мышления.

Тактическое мышление развивается с помощью игровых упражнений, моделирующих различные по сложности ситуации, а также во время практических занятий.

Воспитание высоконравственной личности спортсмена;

Развитие внимания: объема, интенсивности, устойчивости, распределения и переключения;

Развитие памяти, представления и воображения;

Развитие способности управлять своими эмоциями;

Развитие волевых качеств.

Восстановительные средства и мероприятия.

В современном футболе проблема восстановления работоспособности приобретает особо важное значение.

Медико-биологические мероприятия включают в себя питание, витаминизацию, фармакологические препараты, физиотерапевтические средства.

Рациональное питание - одно из средств восстановления работоспособности. Оно должно быть калорийным, разнообразным, полноценным, с оптимальным соотношением белков, жиров и углеводов, минеральных солей, витаминов и микроэлементов.

Медико-биологические мероприятия включают в себя питание, витаминизацию.

Гигиенические средства восстановления обстоятельно разработаны и представлены в соответствующих нормативных положениях. К ним относятся: требования к режиму дня, труда, учебных занятий, отдыха, питания. В футболе чрезвычайно важно, значение имеет обязательно соблюдение гигиенических требований к местам занятий, помещениям для отдыха и инвентарю (температура, вентиляция, освещенность, качества футбольной площадки).

Общая психологическая подготовка осуществляется в единстве с физической, технической и тактической подготовкой на протяжении всего многолетнего периода спортивной подготовки, в ее задачи входит:

Психологическая подготовка к конкретным соревнованиям (игра) состоит в следующем:

1. Осознание игроками задач на предстоящую игру;
2. Изучение конкретных условий предстоящих соревнований (время и место игр, освещенность, температура и т.п.);
3. Изучение сильных и слабых сторон соперника и подготовка к действиям с учетом этих

особенностей;

4. Осознание и оценка своих собственных возможностей в настоящий момент;

5. Преодоление отрицательных эмоций, вызванных предстоящей игрой;

6. Формирование твердой уверенности в своих силах и возможностях в выполнении поставленных задач в предстоящей игре.

Спокойное, ровное, уверенное поведение тренера является одним из важных моментов, направленных на создание психологической мобилизации команды к предстоящей игре, а также в процессе самой игры. В заключение следует отметить, что вся психологическая подготовка должна проводиться с учетом индивидуальных особенностей футболистов.

Условия реализации программы дополнительного образования.

Для реализации изложенной программы необходимы следующие средства и оборудование:

1. Зал с гладким покрытием, с футбольными воротами.

2. Раздевалки для занимающихся.

3. Набор мячей.

4. Спортивные костюмы.

3.7. Инструкторская и судейская практика

Одной из задач детско-юношеских спортивных школ является подготовка учащихся к роли помощника тренера, инструкторов и участие в организации и проведении массовых спортивных соревнований в качестве судей.

Решение этих задач целесообразно начинать на этапе учебно-тренировочном этапе. Занятия следует проводить в форме бесед, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий. Учащиеся учебно-тренировочного этапа должны овладеть принятой в виде спорта терминологией и командным языком для построения, отдачи рапорта, проведения строевых и порядковых упражнений; овладеть основными методами построения тренировочного занятия: разминка, основная и заключительная часть. Овладение обязанностями дежурного по группе (подготовка мест занятий, получение необходимого инвентаря и оборудования и сдача его после окончания занятия). Во время проведения занятий необходимо развивать способность учащихся наблюдать за выполнением упражнений, технических приемов другими учениками, находить ошибки и умение их исправлять. Занимающиеся должны научиться вместе с тренером проводить разминку, участвовать в судействе. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения учащихся к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований.

3.8. Восстановительные средства и мероприятия

При выборе восстановительных средств особое внимание необходимо уделять индивидуальной переносимости тренировочных и соревновательных нагрузок, для этой цели могут служить субъективные ощущения юных спортсменов, а также объективные показатели (ЧСС, частота дыхания, цвет кожных покровов, потоотделение и др.).

Из психологических средств, обеспечивающих устойчивость психического состояния юных спортсменов при подготовке и участии в соревнованиях, используются педагогические методы: внушение, специальные дыхательные упражнения, отвлекающие беседы.

Из медико-биологических средств восстановления: витаминизация, все виды массажа и сауна.

Основными средствами восстановления работоспособности в группах СО, НП являются педагогические средства восстановления, т.е. рациональное построение тренировки и соответствие ее объема и интенсивности функциональному состоянию

организма спортсмена; чередованием тренировочных дней и дней отдыха; проведением занятий в игровой форме.

К гигиеническим средствам следует отнести: душ, теплые ванны, водные процедуры закаливающего характера, прогулки на свежем воздухе. Режим дня и питания.

Данные средства восстановления используются также в УТ группах.

Комплексное использование разнообразных восстановительных средств в полном объеме необходимо после больших тренировочных нагрузок и в соревновательном периоде.

4.СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

Комплекс контрольных упражнений по ОФП:

Бег на 30 м выполняется на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа в спортивной обуви без шипов. В каждом забеге участвуют не менее двух учащихся, результаты регистрируются с точностью до десятой доли секунды. Разрешается только одна попытка.

Прыжки в длину с места проводятся на нескользкой поверхности. Испытуемый встает у стартовой линии в исходное положение, ноги параллельно и толчком двумя ногами со взмахом рук совершает прыжок. Приземление происходит одновременно на обе ноги на покрытие, исключая жесткое приземление; измерение осуществляется стальной рулеткой по отметке, расположенной ближе к стартовой линии, записывается лучший результат из трёх попыток в сантиметрах.

Челночный бег 3 x 10 м выполняется с максимальной скоростью. Испытуемый встает у стартовой линии, стоя лицом к стойкам, по команде обегает препятствия. Время фиксируется до десятой доли секунды; разрешается одна попытка.

Подтягивание на перекладине из виса выполняется максимальное количество раз хватом сверху, и.п.: вис на перекладине, руки полностью выпрямлены в локтевых суставах. Подтягивание засчитывается при положении, когда подбородок испытуемого находится выше уровня перекладины. Каждое последующее подтягивание выполняется из и.п. Запрещены движения в тазобедренных и коленных суставах и попеременная работа руками.

Сгибание и разгибание рук, в упоре лежа - выполняется максимальное количество раз. И.п.: упор лежа на горизонтальной поверхности, руки полностью выпрямлены в локтевых суставах, туловище и ноги составляют одну единую линию. Отжимание засчитывается, когда испытуемый, коснувшись грудью пола (горизонтальной поверхности), возвращается в и.п. При выполнении упражнения запрещены движения в тазобедренных суставах.

Бег на 1000 м проводится на дорожке стадиона. Разрешается переходить на ходьбу. Время фиксируется с точностью до 0,1 с.

Комплекс контрольных упражнений контроля уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности определяется в зависимости от вида спорта. Следует дать описание этих тестов и рекомендации по организации тестирования.

Нормативы по физической подготовке и технике игры в мини-футбол

№ п/п	Упражнения	БУ – 1 год	БУ – 2 год	БУ – 3 год	БУ 4 год	БУ– 5 год	БУ– 6 год	УУ– 1 год	УУ– 2 год
	По ОФП. Для полевых игроков и вратарей.								
1	Бег 30 м. (сек.)	5,9	5,7	5,5	5,3	5,1	4,9	4,7	4,6
2.	Бег 400 м. (сек.)	85,0	82,0	79,0	76,0	73,0	70,0	67,0	65,0
3.	6-минутный бег (м)	900	1000	1100	1200	1300	1400	1500	
4.	12-минутный бег (м)								3000
5.	Прыжок в длину с места (см)	130	140	150	160	170	180	200	220
6.	Подтягивание	4	5	6	7	8	9	10	11
	По СФП								
1.	Бег 30 м. с ведением мяча (сек/)	7,2	6,9	6,6	6,4	6,2	6,0	5,8	5,4

2.	Бег 5*30 м с ведением мяча (сек.)							30,0	28,0
3	Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой (м)	10	15	20	25	35	45	55	65
4.	Вбрасывание мяча руками на дальность (м)	9	10	11	12	13	14	15	17
По технической подготовке для полевых игроков									
1	Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	3	4	5	6	7	8	9	10
2	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек.)	13,0	12,5	12,0	11,5	11,0	10,5	10,0	9,5
3	Жонглирование мячом (кол-во раз)	5	10	15	20	25	30	50	70
Для вратарей									
1	Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность (м)	6	10	14	18	22	26	30	34
2	Доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см)	15	20	25	30	35	40	45	50
3	Бросок мяча на дальность (м)	8	10	12	14	16	18	20	24

Контрольно-переводные нормативы по мини-футболу

Вид физической подготовки	Нормативы	Базовый уровень						Углубленный уровень	
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год
Общая физическая подготовка	Бег 30 м (сек)	6,7	6,5	6,3	-	-	-	-	-
	Бег 60 м (сек)	-	-	-	10,0	9,8	9,6	9,2	9,0
	Челночный бег 3*10м (сек)	10,0	10,0	9,5	9,0	8,5	8,0	7,8	7,6
	Прыжок в длину с места (см)	160	170	180	190	210	215	220	225
	Поднимание туловища (за 1 мин)	30	35	40	42	44	46	48	50
	Сгибание рук в упоре лёжа (раз)	18	19	20	21	22	23	24	25
	Подтягивание (раз)	-	-	-	6	7	8	9	10
	Бег 1000 м (мин, сек)	4,50	4,45	4,40	-	-	-	-	-

	Бег 2000 м (мин, сек)	-	-	-	9,00	8,50	8,40	8,20	8,00
Специальная физическая подготовка	Бег с мячом 30 м (сек)	7,0	6,8	6,6	6,4	6,2	6,0	5,8	5,6
	Удар по мячу на дальность (сумма ударов правой и левой ногой)	30	34	38	42	46	50	54	58
	Вбрасывание с аута (м)	6	7	8	-	-	-	-	-
	Ведение мяча, обводка 4 стоек, удар по воротам (расстояние между стойками 4-2-2-2-10 м)	14,0	12,0	10,0	9,5	9,0	8,7	8,5	8,3
	Бег 5*30 м с ведением мяча (сек)	-	-	-	42,0	40,0	38,0	36,0	34,0
	Удар по мячу ногой на точность с 11 м (НП) 17 м (УТГ) по центру (правой и левой ногой по 5 ударов)	6	6	7	7	8	8	9	9
	Жонглирование мячом (кол.раз)	-	-	-	14	18	20	22	25

Контрольные нормативы

Для полевых игроков

По ОФП:

1. Бег 30м.
2. Бег 400м.
3. 6-минутный бег.
4. 12-минутный бег.
5. Подтягивание.
6. Прыжок в длину с места.

По технической подготовке:

1. Удары по воротам на точность.
2. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам. Умение жонглировать мячом.
3. Вбрасывание мяча на дальность
4. Удар по мячу на дальность.
5. Жонглирование мячом.

Для вратарей:

1. Доставка подвешенного мяча кулаком вытянутой руки в прыжке.
2. Удар по мячу ногой с рук на дальность.
3. Вбрасывание мяча рукой на дальность.

Контрольно-приемные нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапах спортивной подготовки

Физическое качество	Контрольные упражнения	8 лет	9 лет	10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет
Быстрота	Бег на 30 м со старта	5,7	5,5	5,3	5,2	5,1	4,8	4,6	4,45	4,35	4,3
	Челночный бег 3x10 м	9,3	9,0	8,7	8,5	8,2	7,9	7,5	7,2	6,9	6,5
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места	135	143	155	165	175	180	190	220	230	235
	Прыжок вверх с места со взмахом руками	10	12	14	16	18	21	24	29	33	37

Влияние физических качеств и телосложения на результативность

Физические качества и телосложение	Уровень влияния
Скоростные способности	3
Мышечная сила	2
Вестибулярная устойчивость	2
Выносливость	3
Гибкость	2
Координационные способности	2
Телосложение	1

Условные обозначения:

3 - значительное влияние;

2 - среднее влияние;

1 - незначительное влияние.

5.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Для реализации данной программы используется следующее учебно-методическое обеспечение:

- 1.Программа мини-футбол (футзал). Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Москва,2008.
- 2.Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Спортивные кружки и секции». Москва, Просвещение, 2010.
- 3.Футбол. Поурочная программа для учебно-тренировочных групп обучения ДЮСШ и СДЮШОР. Москва, 2009.
- 4.Программа для спортивных школ для занятий мини-футболом 2009г. Москва.
- 5.Мини-футбол. Подготовка юных футболистов в спортивных школах и любительских командах Липецк 2011.
- 6.Андреев С. Н. Мини-футбол. – Липецк: 2004г.
- 7.Кучинский А.И. Вопросы обучения школьников технике и тактике игры в футбол. – Надым: Филиал Сибирской Государственной Академии Физической Культуры. 2001г.
- 8.Кучинский А.И. Что следует знать о структуре специальной работоспособности футболистов. – Надым: Филиал Сибирской Государственной Академии Физической Культуры, 2001г.
- 9.Макарова Г.А. Спортивная медицина. – Москва: Советский спорт, 2002г.
- 10.Макарова Г.А. Медицинский справочник тренера. – Москва: Советский спорт, 2005г.
- 11.Матвеев А.П. Общая теория спорта. – Москва: ФиС, 1997г.
- 12.Методические рекомендации по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации Департамента молодёжной политики, воспитания и социальной защиты детей Министерства образования и науки РФ.
- 13.Основные принципы методики судейства мини-футбола. – Москва: Ассоциация мини-футбола России.
- 14.Программа по мини-футболу для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. – Москва: Просвещение, 1986г.
- 15.Программирование и организация тренировочного процесса. Москва: ФиС, 1987г.
- 16.Учебная программа для детских спортивных школ, спортивных классов по футболу. – Надым: Филиал Сибирской Государственной Академии Физической Культуры, 2001г.
- 17.Чаннади А. Футбол. Тренировка. – Москва: ФиС, 1985г.
- 18.Чаннади А. Футбол. Стратегия. Москва: ФиС,1985г.
- 19.Чесно Ж.-Л. Футбол обучение базовой технике. – Москва: 2002г.
- 20.Г.С. Зонин «Особенности учебно- тренировочной работы с юными футболистами в процессе многолетней подготовки» Изд – во: Федерация футбола Татарстан 2003 г.
- 21.Шон Грин «Программа юношеских тренировок. Тренировки в возрасте 5-8 лет. Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009 г.
- 22.Фонд национальная академия футбола. Б.Г. Чирва «Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для тренировки техники игры» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.
- 23.Фонд национальная академия футбола. Б.Г. Чирва «Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008г.

Интернет-ресурсы:

1). Консультант Плюс <http://www.consultant.ru/>:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

- Письмо Министерства спорта Российской Федерации от 12.05.2014 г. №ВМ-04-10/2554 «Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации»;

2). Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru/>

Технические средства обучения:

- Проектор.
- Персональный компьютер.

Условия работы программы

Для реализации этой программы необходимы:

- мини-футбольное поле площадью 40м /20м (минимум 36м/18м);
- зал мини-футбола с разметкой, двухсторонними воротами;
- спортивный инвентарь (ворота, мячи волейбольные, мячи футбольные №3, 5, 4, стойки, маты, скакалки, гимнастические скамейки);
- спортивная форма занимающихся (спортивные трусы, футболки, гетры, кроссовки, накидки различные, щитки).
- необходимый инвентарь для занятий мини-футболом:

Силовые тренажеры	шт.	3
Гетры футбольные черные х/б 11,2007	пар	30
Кроссовки зальные мини-футбол 10,2008	пар	35
Манишка для игровых видов спорта	шт.	40
Манишка различительная	шт.	50
Мат защитный 2*1*0,04	шт.	10
Мат облегченный, р. 40мм	шт.	10
Мяч футбольный	шт.	199
Наколенники мини-футбол	пар	15
Насос для мячей пластик с иглой 02,07г	шт.	5
Папка тренера мини-футбола с магнитной доской и фишками	шт.	3
Перчатки вратарские для мини-футбола	пар	10
Свитер вратаря 04,06г	шт.	6
Сетка для мини-футбольных ворот	шт.	4
Сумка для мячей	шт.	3
Форма футбольная (трусы + футболка /02,07г)	комплект	30
Шорты вратаря мини-футбол	шт.	4
Щитки мини-футбол детские	пар	45
Секундомер электронный	шт.	3