

Утверждаю
Директор ГБОУ ДО РТ «РЦРДО»
Ефимова Т.В.
«26» ноября 2025 г.



Очная программа по Мини-футболу в рамках регионального этапа
Всероссийских соревнований по мини-футболу среди команд образовательных
организаций Республики Тыва

Дата проведения: 3-9 января 2026 года.

Место проведения: УСК «Субедей», ЦКС «Победа»

Возраст: Обучающиеся 2008-2015 годов рождения

Форма обучения: Очная

ОВЗ: Нет

Адрес: Республика Тыва, г. Кызыл, ул. Московская, 44 (регистрация, ночевка,
теория)

Контакты организации: +7 (39422) 30052, talant_deti_tyva@mail.ru

Преподаватели: Тулуш Анатолий Ангыр-оолович, Монгуш Сайдаш
Вячеславович.

Отличительной особенностью содержания программы по мини-футболу является проведение образовательной программы в рамках регионального этапа Всероссийских соревнований по мини-футболу среди команд образовательных организаций Республики Тыва и массовость.

Формы организации деятельности: групповая, индивидуальная.

Форма и режим занятий: Программа предусматривает распределение учебно-тренировочного материала для занятий по мини-футболу на 28 часов и направлена на освоение навыков и умений игры в мини-футбол.

Предусмотрены задания на дом для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом.

Практические занятия проводились в форме соревнований. Теоретическая часть – 3 дня по 4 часа в день.

Основными формами обучения игре в мини-футбол являются: групповые занятия, которые отвечают характеру игры в мини-футбол, предусматривают повышенные требования к взаимодействию между игроками, необходимость решения коллективных задач, а также тестирование, участие в соревнованиях и инструкторская и судейская практика.

В групповых занятиях занимающиеся выполняют задания при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие: техника безопасности, гигиенические навыки, правила игры, организация и проведение соревнований по футболу и мини-футболу.

2. ОФП: прыжковые упражнения - основа скоростно-силовой подготовки юных футболистов, гимнастические и акробатические упражнения, повторный и переменный бег.

3. СФП: подвижные спортивные игры, упражнения для развития быстроты, частоты движений, развитие ловкости движений.

4. Техника игры: анализ деталей техники работы с мячом, обучение элементам техники от частного к общему.

5. Тактика игры: обучение и совершенствование игровых индивидуальных, групповых и командных тактических

6. Техника игры в футбол: обучение технике в условиях соприкосновения с соперником и в соревновательных условиях, анализ деталей техники работы с мячом.

7. Тактика игры: игровые тактические действия по заданию тренера. Установка на игру и разбор игры.

8. Основы методики обучения и тренировки футболистов: рассказ, показ, разучивание (повторение), анализ обучения движениям - методы обучения. Учебно-тренировочные занятия - основная форма работы с молодыми футболистами. «Круговая тренировка» - форма организации занятий.

Цель программы: приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни, выявление талантов и способностей детей и отбор в республиканскую команду по мини-футболу.

Ожидаемые результаты:

1. Занятия будут иметь оздоровительный эффект.

2. дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, улучшать свои практические и теоретические знания играть в мини-футбол.

Обучающиеся должны знать и иметь представление:

1. об особенностях зарождения, истории мини-футбола;

2. о физических качествах и правилах их тестирования;

3. основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;

4. уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей.

К концу программы обучающиеся:

Приобретают теоретические знания по всем разделам теоретической подготовки.

Осваивают основные средства ОФП.

Осваивают основные приёмы игры в мини-футбол (перемещения, удары по мячу ногой, головой, остановки мяча, ведение мяча, обманные движения).

Выполняют основные действия игры вратаря.

Умеют ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками.

Применяют изученные способы ударов по мячу и способы остановки мяча.

Осваивают основы коллективной игры (взаимодействие двух и более игроков), у детей повышается уровень функциональной подготовки. Улучшается координация.

Учебный план

№	Тема	В том числе			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие, ТБ	1	1	-	опрос
2	Правила игры в футбол	1	1	-	тестирование
3	Общая физическая подготовка	4	-	4	наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	4	-	4	наблюдение
5	Специальная техническая подготовка	5	2	3	опрос
6	Специальная тактическая подготовка	8	2	6	Наблюдение
7	Аттестация. Итоговое занятие	5	1	4	Соревнование. тестирование
9	Всего часов	28	7	21	