

УДК 796/799
ББК 75.578
М91

Авторы-составители:

- Андреев С. Н.** – кандидат педагогических наук, доцент, заслуженный тренер Российской Федерации;
Алиев Э. Г. – кандидат педагогических наук, генеральный директор Ассоциации мини-футбола России;
Левин В. С. – кандидат педагогических наук, профессор, заслуженный тренер Российской Федерации, тренер сборной команды России по мини-футболу;
Еременко К. В. – президент МФК «Динамо», заслуженный мастер спорта Российской Федерации

Рецензенты:

- Толенков С. Ю.** – доктор педагогических наук, профессор;
Портинов А. В. – кандидат педагогических наук, профессор

Мини-футбол (футзал) : примерная программа для дет-
М91 ско-юношеских спортивных школ, специализированных
детско-юношеских школ олимпийского резерва [Текст] /
С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. Еременко. – М. :
Советский спорт, 2008. – 96 с. : ил.

ISBN 978-5-9718-0332-4

Примерная программа содержит учебный материал по основным видам подготовки и его распределение по годам обучения в годичном цикле; данные, характеризующие объемы тренировочных и соревновательных нагрузок, а также методические рекомендации по их выполнению, контрольные упражнения и нормативы.

Программа рассчитана на тренеров ДЮСШ и СДЮШОР, спортивных клубов, преподавателей вузов и факультетов физической культуры.

УДК 796/799
ББК 75.578

- © С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин,
К. В. Еременко, 2008
© Оформление. ОАО «Издательство
«Советский спорт»», 2008

ISBN 978-5-9718-0332-4

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Мини-футбол завоевывает все большую популярность в мире. Сегодня более 80 стран развивают эту игру. Прочно обосновалась она и в России. Благодаря активной целенаправленной деятельности Ассоциации мини-футбола России, являющейся составной частью Российского футбольного союза, в нашей стране создана разветвленная организационная структура этого вида спорта. В чемпионате страны среди команд суперлиги и высшей лиги выступают 33 профессиональных коллектива. Более 500 команд – участники первенства России в первой и второй лигах. На местах открыты 20 региональных ассоциаций мини-футбола в стране.

Заметные шаги в своем развитии делает и женский мини-футбол. Все большее внимание уделяется в стране и развитию детского и юношеского мини-футбола. Открываются первые спортивные школы по этому виду спорта, при мини-футбольных клубах организуются специализированные группы юных футболистов, во всероссийских соревнованиях ежегодно участвуют юношеские команды четырех возрастных групп.

Настоящий флагман отечественного зального футбола – сборные команды страны. Сегодня в структуре Ассоциации мини-футбола России функционируют три таких сборных: молодежная (до 21 года), студенческая команда и национальная сборная, каждая из которых имеет свой международный календарь. Примечательно, что позиции российских сборных на международной арене, несмотря на отдельные неудачи в последние годы, неизменно оставались высокими. Так, национальная сборная России в 1999 году стала чемпионом Европы, в 1996 году – серебряным призером европейского первенства, в 2001 году завоевала бронзовые медали континентального первенства, а в 2005 году стала серебряным призером. На чемпионате мира 1996 года наша сборная заняла третье

Учебное издание

МИНИ-ФУТБОЛ (футзал)

Примерная программа

Редактор *З.А. Богданова*

Художник *А.Г. Никоноров*

Художественный редактор *Л.В. Дружинина*

Корректор *Г.П. Вергун*

Компьютерная верстка *С.В. Крайдер*

Подписано в печать 15.08.2008. Формат 60×90 1/16.
Бумага офсетная. Печать офсетная.
Усл. печ. л. 6,0. Усл.-изд. л. 6,0. Тираж 1000 экз.
Изд № 1343. С–62. Заказ № 6507.

ОАО «Издательство “Советский спорт”».
105064, г. Москва, ул. Казакова, 18.
Тел. (499) 267-94-35, 267-95-90.
Сайт в Интернете: www.sovsportizdat.ru
E-mail: sovsport@mail.tascom.ru

Отпечатано с готовых диапозитивов
в ФГУП «Производственно-издательский комбинат ВИНТИ».
140010, г. Люберцы Московской обл., Октябрьский пр-т, 403.
Тел. (495) 554-21-86

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
1. Методическая часть	6
1.1. Нормативная часть.....	6
1.2. Организационно-методические указания	7
1.3. Учебный план.....	17
1.4. План-схема годичного цикла подготовки.....	21
2. Программный материал для практических занятий	38
2.1. Техническая подготовка	38
2.2. Тактическая подготовка	42
2.3. Физическая подготовка.....	44
3. Теоретическая подготовка.....	49
4. Инструкторская и судейская практика	53
5. Восстановительные мероприятия.....	55
6. Психологическая подготовка.....	57
7. Воспитательная работа	63
8. Педагогический контроль и оценка уровня подготовленности	66
9. Тренировочные задания для совершенствования физической, технической и игровой подготовленности	81
9.1. Техничко-тактическая подготовка полевых игроков	81
9.2. Техничко-тактическая подготовка вратарей	89
9.3. Игровая подготовка	92
Литература	95