Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №598
с углубленным изучением математики, химии и биологии
Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № 1 от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБОУ школы №598
Приморского района Санкт-Петербурга
_____/ Е.Ф. Трачук/
Приказ № 250 -а от 20.09.2024г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00E82F15929C2095DC931745BB9C93B4F9
Владелец: ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 598 С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ МАТЕМАТИКИ, ХИМИИ И БИОЛОГИИ ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Действителен: с 25.03.2024 до 18.06.2025

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол»

для учащихся 1-7 классов

Возраст учащихся: 6-14 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Халилов Р.Ф.
педагог платных образовательных услуг
ГБОУ школы № 598
Приморского района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург
2024

Пояснительная записка

Образовательная программа «Футбол» имеет ***физкультурно-спортивную направленность.***

Государственная программа по физической культуре для школ предлагает использование разнообразных форм организации учебных и внеучебных занятий. Многолетний практический опыт педагогов подтверждает возможность использования футбола как эффективного средства физического воспитания школьников при различных формах организации занятий.

Три основные формы использования футбола в системе физического воспитания школьников.

Использование спортивной игры «Футбол» как одного из средств развития силы, скоростно-силовой выносливости, ловкости, координации, гибкости, морально – волевых качеств на уроках физической культуры.

Учебное спортивное отделение, секция (кружок) по футболу.

Занятия футболу во внеучебное, каникулярное время осуществляются индивидуально по плану, составленному или откорректированному тренером.

Наряду с другими видами спорта для развития и совершенствования физических качеств используется футбол. Ученики знакомятся с историей развития игры, основными положениями официальных правил, изучают технические приемы футбола, индивидуальные и коллективные действия, выступают в внутригрупповых соревнованиях не только в качестве участников, но и в качестве судей.

Данное учебное отделение должно формироваться не только по желанию, но также из числа учеников, имеющих определенный уровень развития физических качеств. Формирование таких групп желательно при проведении занятий на многочисленных потоках, при наличии достаточной материально – технической базы.

Основной целью всего периода обучения – это освоение данного вида спорта, регулярное участие в спортивных соревнованиях, приобретение судейских и инструкторско-методических знаний и навыков.

В спортивной секции по футболу предусматривается более углубленное освоение тактических приемов игры. Индивидуального совершенствования, достижение наивысших спортивных результатов.

Целями включения данного вида спорта в учебный процесс являются популяризация и дальнейшее развитие футбола как национального вида спорта, а также укрепление здоровья, двигательной активности, пропаганда и формирование здорового образа жизни.

Большим преимуществом футбола по сравнению с другими игровыми видами спорта является ее экономическая доступность, что в современных условиях играет немаловажную роль. При проведении внеклассной работы здесь не требуется больших средств на приобретение соответствующего оборудования и инвентаря.

Игровая деятельность в футболе таит в себе большие возможности не только для физического, но и для нравственного воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Процесс формирования знания, умений и навыков игры неразрывно связано с задачей развития умственных и физических способностей учащихся.

Занятия способствуют развитию у учащихся основных физических качеств:

Быстрота – она зависит не только от двигательных реакций, но и от быстроты мышления и уровня развития моральных качеств.

Сила – для ее развития применяют упражнения с набивными мячами, а так же приседания с отягощением.

На занятиях футболом с успехом можно решать и **воспитательные задачи,** поскольку в процессе игры для достижения общей победы учащиеся должны постоянно взаимодействовать друг с другом, преодолевать сопротивления соперника.

Футбол, подвижные игры с ее элементами, упражнения на освоение игровой техники являются прекрасными средствами подготовки к ловле и передаче мяча в ручном мяче (гандбол). Упражнения, используемые при обучении футболом, позволяют выполнять большое количество бросков, ловле и подбора мяча с площадки, развивая координационные способности чувства мяча.

Основным показателем секции по футболу являются соревнования, в которых отражается вся динамика тренированности учащихся, уровень подготовленности на данном этапе.

Планирование подготовки игроков в футболе основано на общих принципиальных положениях, отражающих закономерности тренировки: направленность к максимуму достижений, единство общей и специальной подготовки, непрерывность тренировочного процесса.

Направленность к максимуму достижений связана со стремлением спортсмена к постоянному совершенствованию, причем этот максимум, во- первых, обусловлен преимущественно индивидуальной одаренностью спортсмена, во – вторых, предопределен методикой спортивной тренировки. На современном этапе развития спорта вообще, и в женском футболе в частности, достичь предельного результата возможно только при жесткой специализации и максимальной индивидуализации всего процесса тренировки. Важно, чтобы на разных этапах многолетней тренировки игроки соответствующую подготовленность, что позволит им планомерно достичь уровня необходимого мастерства на этапе спортивного совершенствования и соблюсти преемственность в подготовке юных и взрослых спортсменов.

Система формы контроля уровня достижений учащихся

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Ожидаемый результат

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, сформирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде.

Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

Контрольные нормативы
по общей и специальной физической подготовке юных футболистов

№ п/п	Упражнения	Оценка		
		Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
1. ОФП	Бег 10 м (с)	2,0	2,2	2,4
	Бег 30 м (с)	4,3	4,5	4,7
	Бег 50 м (с)	7,6	7,9	8,2
	Прыжок в длину с места (см)	240	230	220
	Тройной прыжок с места (см)	600	570	550
2.СФП	Бег 30 м с ведением мяча (с)	5,0	5,2	5,4
	Вбрасывание мяча руками на дальность (м)	25	18	15

Учебно-тематический план учебного года

№	Раздел подготовки	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	беседа
2	ОФП	54	2	52	тренинг , игра
3	СФП	28	2	26	тренинг
4	Технико-тактическая подготовка	18	2	16	Объяснение, показ, тренинг
5	Психологическая подготовка	2	2	0	Объяснение, показ, тренинг
6	Зачетные испытания	4	0	4	Аттестация на пояса
ИТОГО		108	10	98	

Календарно-тематическое планирование учебного года

№	Тема	Планируемые сроки
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях	1 неделя
2.	Вводное занятие. История развития тхэквондо	1 неделя
3.	ОФП. Режим, гигиена, закаливание и питание. Предупреждение травматизма	1 неделя
4.	СФП. Специальные имитационные упражнения в строю	1 неделя
5.	ОФП. Упражнения на развитие координационных способностей	2 неделя
6.	СФП. Специальные упражнения на скорость с использованием мячей	2 неделя
7.	ОФП. Упражнения на развитие силовых способностей и силовой выносливости	2 неделя
8.	СФП. Специальные упражнения для развития скоростной выносливости	2 неделя
9.	ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей	3 неделя
10.	ТТП. Изучение правил соревнований	3 неделя
11.	ОФП. Упражнения на развитие гибкости	3 неделя
12.	СФП. Специальные имитационные упражнения в строю	3 неделя
13.	ОФП. Подвижные игры	4 неделя
14.	СФП. Специальные имитационные упражнения на выносливость с использованием барьеров	4 неделя
15.	ОФП. Беговые упражнения	4 неделя
16.	ОФП. Силовые упражнения	4 неделя
17.	ОФП. Упражнения для развития быстроты	5 неделя
18.	ТТП. Обучение техники удара подъемом	5 неделя
19.	ОФП. Упражнения для развития координации	5 неделя
20.	СФП. Специальные имитационные упражнения на координацию движений	5 неделя
21.	ОФП. Упражнения для развития прыгучести	6 неделя
22.	ТТП. Обучение техники удара внутренней стороной стопы	6 неделя
23.	ОФП. Упражнения для развития ловкости	6 неделя
24.	СФП. Специальные упражнения для развития координационных способностей	6 неделя
25.	ОФП. Эстафеты с элементами акробатики	7 неделя
26.	ТТП. Обучение ведению мяча разными способами	7 неделя
27.	ОФП. Упражнения на растяжку и гибкость	7 неделя
28.	СФП. Специальные имитационные упражнения в строю	7 неделя
29.	ОФП. Подвижные игры	8 неделя
30.	ТТП. Обучение базовым финтам	8 неделя
31.	ОФП. Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами.	8 неделя
32.	СФП. Специальные имитационные упражнения на выносливость с использованием барьеров	8 неделя
33.	ОФП. Игры на развитие скоростно-силовых способностей	9 неделя
34.	СФП. Специальные упражнения для развития специальной скоростной выносливости	9 неделя
35.	ОФП. Общеразвивающие упражнения	9 неделя
36.	ОФП. Игры на развитие координации движений	9 неделя
37.	ОФП. Общеразвивающие упражнения	10 неделя
38.	ТТП. Изучение и совершенствование техники передвижения	10 неделя
39.	ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей	10 неделя
40.	СФП. Специальные упражнения на координацию движений	10 неделя
41.	ОФП. Упражнения на развитие выносливости	11 неделя
42.	ТТП. Обучение индивидуальным действиям в обороне	11 неделя

43.	ОФП. Упражнения на развитие быстроты	11 неделя
44.	СФП. Специальные упражнения для развития координационных способностей	11 неделя
45.	ОФП. Эстафеты с элементами акробатики	12 неделя
46.	ТТП. Обучение и совершенствование техники и тактики ведения мяча	12 неделя
47.	ОФП. Строевые упражнения.	12 неделя
48.	ТТП. Изучение и совершенствование техники передвижения	12 неделя
49.	ОФП. Принятие нормативов по ОФП.	13 неделя
50.	ПП. Подготовка к зачетным испытаниям	13 неделя
51.	Зачетные испытания	13 неделя
52.	Зачетные испытания	13 неделя
53.	ОФП. Значение физической культуры и спорта для укрепления здоровья, гармоничного развития	14 неделя
54.	ТТП. Обучение и совершенствование техники и тактики в атаке	14 неделя
55.	ОФП. Упражнения на развитие силовых способностей и силовой выносливости	14 неделя
56.	СФП. Специальные имитационные упражнения на выносливость с использованием координационной лестницы	14 неделя
57.	ОФП. Упражнения для развития быстроты	15 неделя
58.	СФП. Специальные упражнения для развития скоростной выносливости	15 неделя
59.	ОФП. Эстафеты с элементами акробатики	15 неделя
60.	СФП. Специальные упражнения для развития координационных способностей	15 неделя
61.	ОФП. Упражнения для развития быстроты	16 неделя
62.	ТТП. Обводка 1 в 1, в условиях пассивного и активного сопротивления	16 неделя
63.	ОФП. Упражнения на развитие выносливости	16 неделя
64.	СФП. Специальные упражнения на точность передачи	16 неделя
65.	ОФП. Общеразвивающие упражнения	17 неделя
66.	ТТП. Изучение и совершенствование техники выполнения короткой передачи	17 неделя
67.	ОФП. Общеразвивающие упражнения	17 неделя
68.	СФП. Специальные упражнения с элементами соревновательной деятельности	17 неделя
69.	ОФП. Упражнения для развития толчковой силы	18 неделя
70.	ТТП. Обучение и совершенствование техники и тактики в ситуации 2 в 1	18 неделя
71.	ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей	18 неделя
72.	СФП. Специальные имитационные упражнения на выносливость с использованием барьеров	18 неделя
73.	ОФП. Упражнения для развития координационных способностей	19 неделя
74.	ТТП. Обводка 1 в 1 на снарядах, в игровых упражнениях и в самой игре	19 неделя
75.	ОФП. Подвижные игры	19 неделя
76.	СФП. Специальные упражнения для развития специальной скоростной-силовой выносливости	19 неделя
77.	ОФП. Упражнения на развитие координационных способностей	20 неделя
78.	ТТП. Проведение игр с различными партнерами и соперниками по заданию тренера	20 неделя
79.	ОФП. Беговые упражнения	20 неделя
80.	ОФП. Скоростно-силовые упражнения	20 неделя
81.	ОФП. Упражнения на развитие скоростных способностей	21 неделя
82.	СФП. Специальные упражнения на координацию движений	21 неделя
83.	ОФП. Упражнения на развитие силовых способностей	21 неделя
84.	СФП. Специальные имитационные упражнения на силу	21 неделя
85.	ОФП. Эстафеты с элементами акробатики	22 неделя
86.	ТТП. Обучение и совершенствование техники и тактики передвижения	22 неделя
87.	ОФП. Упражнения для развития быстроты	22 неделя
88.	СФП. Специальные упражнения на развитие координационных способностей	22 неделя
89.	ОФП. Упражнения на развитие общей выносливости	23 неделя
90.	ТТП. Обучение финтам, обводке 1 в 1, защитным действиям	23 неделя
91.	ОФП. Общеразвивающие упражнения	23 неделя
92.	СФП. Специальные имитационные упражнения на скорость с использованием координационных лестниц	23 неделя
93.	ОФП. Упражнения для развития прыгучести	24 неделя
94.	СФП. Специальные упражнения для развития скоростно-силовой выносливости	24 неделя
95.	ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей	24 неделя
96.	СФП. Специальные имитационные упражнения на выносливость с использованием мячей	24 неделя
97.	ОФП. Скоростно-силовые упражнения	25 неделя
98.	ТТП. Обучение и совершенствование технике и тактике длинных передач	25 неделя

99.	ОФП. Подвижные игры	25 неделя
100.	СФП. Специальные упражнения на координацию движений	25 неделя
101.	ОФП. Беговые упражнения	26 неделя
102.	ТТП. Изучение правил соревнований	26 неделя
103.	ОФП. Силовые упражнения	26 неделя
104.	СФП. Специальные имитационные упражнения на силовую борьбу в футболе	26 неделя
105.	ОФП. Принятие нормативов по ОФП.	27 неделя
106.	ПП. Подготовка к зачетным испытаниям	27 неделя
107.	Зачетные испытания	27 неделя
108.	Зачетные испытания	27 неделя

Планирование 1 год обучения 108 часов

Содержание разделов программы 1-й год обучения

1.Теоретические сведения

Теория:

- Правила техники безопасности и поведения на занятиях футболом;
- Правила игры в футбол (размеры поля для игры в футбол, правила игры, полевых игроков и вратаря, выполнение штрафных ударов, классификация и терминология технических приемов игры в футбол);
- Значение здорового образа жизни (режима дня в жизнедеятельности человека, питание в сохранении и укреплении здоровья);
- Гигиенические требования (гигиена жилья, места учебы, отдыха и занятий спортом, личная гигиена, гигиена одежды и обуви);
- Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека (значение утренней гимнастики и закаливающих процедур, понятие о правильной осанке); - Оказание первой медицинской помощи при травмах.
- Понятие о тактике и тактические комбинации, характеристики игровых действий вратаря, защитников, полузащитников, нападающих, индивидуальные и групповые тактические действия;
- Правила подвижных и спортивных игр, требования к проведению спортивных эстафет.

2. Общефизическая подготовка.

Теория: Занятия физическими упражнениями в режиме дня. Всестороннее развитие человека. Влияние физических упражнений на развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы организма, двигательного аппарата человека.

*Практика: Б*ег. Прыжки, прыжковые упражнения в движении. Общеразвивающие упражнения на месте, в движении. Упражнения с набивными мячами. Общеразвивающие упражнения для мышц рук (поднимание рук в стороны и вперед и опускание вниз, сведение рук вперед и разведение в стороны, круговые вращения). Общеразвивающие упражнения для мышц ног (приседания, выпады вперед, назад, в сторону). Общеразвивающие упражнения для мышц (наклоны туловища вперед и в стороны, круговые движения туловища с различными положениями рук). -Эстафеты с мячом; с предметами на развитие ловкости, быстроты, координации движения.

3. Специальная подготовка

Теория: Занятия физической культурой в домашних условиях. Оценка учащимися своего самочувствия и уровня физической подготовленности.

Практика:

- Удары по мячу ногой - внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема

- Удары по мячу в движении - по неподвижному и катящемуся мячу, после остановки мяча, ведение и рывки на короткие и длинные расстояния, удары по летящему мячу, удары на точность в ноги партнера, ворота, цель или движущемуся партнеру;
- Удары по мячу головой – серединой лба, без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему мячу, на точность партнеру и в ворота;
- Остановка мяча ногой – подошвой и внутренней стороной стопы, катящегося и опускающегося мяча, грудью, на месте и в движении;
- Ведение мяча – внешней и внутренней частью подъема, внутренней стороной стопы, по прямой с изменением направления и скорости перемещения, между стоек и движущихся партнеров, без сопротивления защитника, ведущей и неведущей ногой;
- Обманные движения – после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону;
- Отбор мяча – перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде;
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии – с места из положения ноги вместе, с шага, на точность под правую и левую ногу партнера, на ход партнеру.

4. Техническая подготовка

Теория: Определение и устранение типичных ошибок при выполнении упражнений. Техника безопасности.

Практика:

- Стойки игрока - перемещения в стойке приставными шагами, боком и спиной вперед, ускорение, старты из различных положений;
- Техника передвижения – бег по прямой, изменяя скорость и направление, приставным и скрестным шагом в сторону с поворотами и остановками, выпадом и прыжками на две ноги, прыжки вверх с толчком двух ног, с места и толчком одной с разбегом);
- Техника игры вратаря – основная стойка вратаря, передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах, ловля мяча на уровне груди и живота без прыжка и в прыжке, ловля катящегося и летящего низко мяча без падения и в падением, перекатом, ловля высоко летящего мяча без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, быстрый подъем с мячом на ноги после падения, отбивание мяча кулаком без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность, выбивание ногой с земли и с рук на точность; - Техника свободного нападения.

5.Тактическая подготовка

Теория: Просмотр соревнований профессиональных спортсменов, учебных видеофильмов. Домашние задания и их выполнение.

Практика:

Тактика нападения:

- Индивидуальные действия без мяча (правильное расположение и ориентировка на футбольном поле, выбор момента и способа передвижения в свободное место с целью получения мяча);
- Индивидуальные действия с мячом (использование изученных способов удара по мячу, ведения и остановок мяча в зависимости от игровой ситуации);
- Групповые действия (выполнение передачи в ноги партнеру, на свободное место и удар, выполнение простейших комбинаций в стандартных положениях - начало игры, угловом, штрафном, свободном ударах и вбрасывание мяча);
- Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, организация нападения по избранной тактической схеме, взаимодействие игроков при атаке финтом и через центр).

Тактика защиты:

 Индивидуальные действия (выбор позиции относительно опекаемого игрока для противодействия получению мяча, ведению и удару по воротам, отбор мяча изучаемым способом в зависимости от игровой ситуации);

 Групповые действия (взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций, создание искусственного положения «вне игры»);

 Тактика вратаря (выбор правильной позиции в воротах при ударах в различных направлениях и угловом штрафном и свободном ударе вблизи своих ворот);

 Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, оборонительные действия согласно избранной тактической схеме в составе команды по принципу персональной, зонной или комбинированной защиты).

- Позиционные нападения без изменения позиций игроков;
- Нападения в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1, с атакой и без атаки ворот.

6. Игровая подготовка

Теория: Определение и устранение типичных ошибок при игре. Техника безопасности.

Практика:

- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров;
- Игра и игровые задания 2:1,3:1, 3:2 и 3:3. «Регби»;
- «Квадрат»;
- «Пятнашки с ведением мяча»; - «Броуновское движение

Оценочные и методические материалы

- Медицинский контроль в начале учебного года оценивает состояние здоровья учащихся – *нулевая аттестация*
- Участие в соревнованиях различного уровня по футболу и мини футболу – *промежуточная аттестация (декабрь)*
- Система тестирования и контрольных нормативов, позволяющие оценить динамику развития физических качеств учащихся – *итоговая аттестация (апрель-май)*

Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение реализации дополнительной образовательной программы.

№ п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итого
1.	Теоретическая подготовка	Традиционная, беседы, просмотр телепередач, тестирование, зачеты, беседы с родителями, общие собрания учащихся и родителей, творческие встречи.	Диалог, анализ выступлений, показ, решение проблемных ситуаций. Словесный, наглядный, практический (судейство), индивидуальный.	Использование специальной литературы, наглядных пособий по темам. Спортивный зал или кабинет с мультимедийной техникой	Опрос учащихся, судейство соревнований.

2.	Практическая подготовка	Комбинированное занятие, игра, праздник, зачет, эстафета, соревнование, репетиция.	Игры, упражнения, репродуктивный, коллективный, индивидуально-фронтальный, групповой, в парах.	Таблица оценки тестовых испытаний детей. Схемы, иллюстрации. Оборудованный спортивный зал или футбольное поле размером не менее 30 х15 м. Свисток – 1 шт. Секундомер – 1 шт. Футбольный мяч – 8 шт.	Зачет, открытое занятие для родителей, самоанализ, сдача контрольноперев одных нормативов, соревнования.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- тестирование (индивидуальное),
- открытые занятия,
- соревнования, спартакиады, матчи, турниры, – педагогическое наблюдение, –отзывы детей и родителей.

Контроль осуществляется: по двигательной активности - на основании результатов тестов.

Способы фиксации результата:

1. Протоколы уровня физической подготовленности учащихся (начальн ый, промежуточный, итоговый),
2. Протоколы соревнований, спартакиад, матчей, турниров.

Список литературы

1. Волков В.М., Швыкова И.А. - Футбол. Поурочная программа для учебно-тренировочных групп 1-го и 2-го года обучения ДЮСШ и СДЮШОР. Под редакцией Волков В.М., Швыкова И.А. - М.: «Тера - Спорт», 2002.
2. Волков В.М., Филин В.П. - Спортивный отбор. – М.: ФиС, 2001. - 44 с.
3. Гриндлер К. - Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 2007. - 167 с.
4. Качани Л., Горский Л. - Тренировка футболистов. – М.: ФиС, 2012. – 77 с.
5. Коротков И.М. - Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 2001. - 132 с.
6. Рогальский Н., Дегель Э. - Футбол для юношей. – М.: ФиС, 2010. - 80 с.
7. Филин В.П., Фомин Р.А. - Основы юношеского спорта. – М.: ФиС, 2012. - 57 с.