

Управление образования и молодежной политики  
администрации Октябрьского района

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Дом детского творчества «Новое поколение»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «29» мая 2021г.  
Протокол № 4



Дополнительная общеобразовательная, общеразвивающая  
программа спортивно-оздоровительная группа в командно-игровых видах спорта  
«футзал-старт 13-14 лет»

Возраст обучающихся: 13 - 14 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Кривошлык Александр Сергеевич  
педагог дополнительного образования

гп. Приобье 2021 г.

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

<b>Наименование программы</b>	Дополнительная общеразвивающая программа «Футзал - плюс»
<b>Направленность</b>	спортивно-оздоровительная группа в командно-игровых видах спорта
<b>Составитель программы</b>	Педагог дополнительного образования
<b>Классификация</b>	Модифицированная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности
<b>Учредитель</b>	Управление образования и молодежной политики Администрации Октябрьского района.
<b>Название учреждения</b>	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества «Новое поколение»
<b>Адрес учреждения</b>	Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, Октябрьский район, пгт Приобье ул. Строителей, д. 28 А, блок 2.
<b>Целевая группа</b>	Возраст: 13 – 14 лет Количество воспитанников в группе: 15 чел.
<b>Цель программы</b>	Овладение основами физической и технико-тактической подготовленности спортивной игры футзал, содействие формированию устойчивых мотивов и потребностей в занятиях физической культурой и спортом.
<b>Задачи программы</b>	<p><i>Образовательные задачи</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать основные приемы техники и тактики игры футзал</li> <li>2. Освоить процесс игры в соответствии с правилами футзала;</li> <li>3. Изучить теоретические сведения о личной гигиене, историю футзала, о технике и тактике игры, правила игры в футзал.</li> </ol> <p><i>Развивающие задачи.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Способствовать развитию физических качеств.</li> <li>2. Содействовать всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровью обучающихся;</li> <li>3. Формировать у школьников двигательные умения и навыки, необходимые для занятий футзалом</li> </ol> <p><i>Воспитательные задачи.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Содействовать становлению и развитию у обучающихся потребности в сохранении и укреплении собственного здоровья.</li> <li>2. Формирование высокого уровня морально-волевых качеств и определенной системы ценностных ориентаций.</li> <li>3. Формировать устойчивый интерес к систематическим занятиям футзалом;</li> </ol>

<b>Ожидаемые результаты</b>	<p><i>Обучающийся знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Историю возникновения и развития футзала в нашей стране и округе;</li> <li>• Техничко-тактические действия в игре футзал;</li> <li>• Влияние физических упражнений на укрепление здоровья;</li> <li>• Способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности;</li> <li>• Об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах закаливающих процедур;</li> <li>• О причинах травматизма на занятиях футзалом и правилах его предупреждения;</li> <li>• Правила и условия проведения спортивной игры футзал;</li> </ul> <p><i>Обучающийся умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнять нормативы по физической подготовке;</li> <li>• применять технические приемы в различных игровых ситуациях;</li> <li>• моделировать технические действия в игровой деятельности;</li> <li>• уметь взаимодействовать со сверстниками в процессе занятий;</li> <li>• взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий;</li> </ul>
<b>Кадровое обеспечение</b>	педагог дополнительного образования
<b>Сроки реализации</b>	9 месяцев
<b>Форма обучения</b>	Очная

## Содержание

I	Пояснительная записка .....	5
1.1.	<i>Ожидаемые результаты</i> .....	6
1.2.	<i>Система отслеживания и оценивания результатов</i> .....	6
II	Учебно-тематический план .....	7
III	Календарный учебный график .....	8
IV	Учебный план .....	9
V	Содержание программы .....	9
VI	Организационно – педагогические условия реализации программы ....	12
6.1.	<i>Методическое обеспечение</i> .....	12
6.2.	<i>Информационное обеспечение</i> .....	13
6.3.	<i>Кадровое обеспечение</i> .....	13
VII	Воспитательная деятельность .....	14
VIII	Система работы с родителями .....	14
IX	Список литературы .....	15
		16

## **I. Пояснительная записка**

Физическое воспитание составляет неотъемлемую часть всестороннего развития человека и направлено на сохранение и укрепление здоровья, физическое развитие молодежи, с целью подготовки ее к жизни и социализации в обществе.

Программа служит основным документом для эффективного построения подготовки юных спортсменов и содействия успешному решению задач физического воспитания детей школьного возраста.

Обучение в физкультурно-спортивных группах рассчитано на период с 13 до 17 лет.

Отличительная особенность программы состоит в том, что в ней представлена система тренировочных заданий по физической, технической, тактической и интегральной подготовке, позволяющей эффективно решать задачи в соответствующих категориях учебных групп, с учетом индивидуальных особенностей детей.

Футбол – один из самых популярных и массовых коллективных игр. Учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Работа секции футбола предусматривает содействие гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, привитие интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Продолжительность занятий в группах - 3 раза в неделю по 2 часа с 10 минутным перерывом.

Программа предусматривает изучение теоретического материала, проведение практических занятий по физической, технической и тактической подготовке, судейской и инструкторской практике, а также участие в соревнованиях.

### **Цель и задачи образовательной программы**

**Цель:** овладение основами физической и технико-тактической подготовленности спортивной игры футбол, содействие формированию устойчивых мотивов и потребностей в занятиях физической культурой и спортом.

#### **Задачи. Образовательные:**

1. Совершенствовать основные приемы техники и тактики игры футбол
2. Освоить процесс игры в соответствии с правилами футзала;
3. Изучить теоретические сведения о личной гигиене, историю футзала, о технике и тактике игры, правила игры в футбол.

#### **Воспитательные:**

1. Содействовать становлению и развитию у обучающихся потребности в сохранении и укреплении собственного здоровья.
2. Формирование высокого уровня морально-волевых качеств и определенной системы ценностных ориентаций.
3. Формировать устойчивый интерес к систематическим занятиям футзалом;

#### **Развивающие:**

1. Способствовать развитию физических качеств.
2. Содействовать всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровью обучающихся;
3. Формировать у школьников двигательные умения и навыки, необходимые для занятий футзалом

## 1.1. Ожидаемые результаты

### Знают:

1. Историю возникновения и развития футзала в нашей стране и округе;
2. Техничко-тактические действия в игре футзал;
3. О влияние физической нагрузки на развитие и на укрепление здоровья;
4. Способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности;
5. Об общей личной гигиене, о правилах закаливающих процедур;
6. О причинах травматизма на занятиях футзалом и правилах его предупреждения;
7. Правила и условия проведения спортивной игры футзал;

### Умеют

1. Выполнять нормативы по физической подготовке;
2. Применять технические приемы и тактические действия в различных игровых ситуациях;
3. Моделировать технические действия в игровой деятельности;
4. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий;

В результате реализации программы у обучающихся формируются следующие универсальные учебные действия:

## 1.2. Система отслеживания и оценивания результатов

### Критерии оценки знаний и умений

Виды работы	Низкий уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
1. Общая физическая подготовка	Низкий уровень общей физической подготовки, низкий уровень выполнения.	Средний уровень общей физической подготовки, средний уровень выполнения.	Высокий уровень общей физической подготовки, высокий уровень выполнения.
2. Знание техники безопасности в спортивном зале.	Не знает основные пункты.	Знает, но не всегда выполняет.	Хорошо знает основные пункты техники безопасности, выполняет их.
3. Умение выполнять специальные физические упражнения.	Не умеет выполнять.	Выполняет уверенно, но частично путает.	Хорошо выполняет. Применяет на практике.
4. Знание основ техники и тактики игры, применение их в соревновательной деятельности.	Знает основы техники и тактики игры, но не применяет их в соревновательной деятельности.	Знает основы техники и тактики игры, но не всегда применяет их в соревновательной деятельности.	Владеет техникой и тактическими приемами игры, применяет их в соревновательной деятельности.

## Этапы педагогического контроля

№ п/п	Сроки проведения	Какие знания, умения, навыки контролируются	Форма подведения итогов
<b>Входной контроль</b>			
1.	сентябрь	Знание техники безопасности в спортивном зале и при игре в футзал.	Собеседование
		Выявление уровня физической подготовки на начало года	Сдача нормативов
<b>Текущий контроль</b>			
2.	декабрь	Владение основами техники и тактики игры в футзал.	Выполнение нормативов по технической подготовке
<b>Итоговый контроль</b>			
3	май	Владение основами техники и тактики игры в футзал, умение применять все полученные знания непосредственно в игре. Физическая подготовка.	Выполнение нормативов по физической и технической подготовке. А также во время игр.

### Формы подведения итогов реализации образовательной программы.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы предусматривают сдачу нормативов по общей физической, специальной физической и технической подготовках

### Нормативы

№ п/п	Контрольные упражнения	результат
		группа 13-14
<b>Физическая подготовка</b>		
1.	Прыжки в длину с места, см	185-175-160
2.	Бег 1000 м.	4.30-4.40-4.50
3.	Челночный бег 3x10 м, сек	8-9-11
<b>Техническая подготовка</b>		
4.	Удары по мячу ногой на дальность (м)	18-15-13
5.	Остановка мяча	+
6.	Жонглирование мячом, раз	15-13-10
7.	Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам (с.)	9-11-13

## II. УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе	
			Теоретических	Практических
1	Раздел 1.Теория	4	4	
2	Раздел 2.Тестирование	2		2
3	Раздел 3.ОФП	22		22
4	Раздел 4.СФП	10		10

5	Раздел 5.Техническая подготовка	25		25
6	Раздел 6.Тактическая подготовка	8		8
7	Раздел 7.Интегральная подготовка	8		8
8	Раздел 8.Теория	4	4	
9	Раздел 9.Тестирование	2		2
10	Раздел 10.ОФП	10		10
11	Раздел 11.СФП	8		8
12	Раздел 12.Интегральная подготовка	8		8
13	Раздел 13.Техническая подготовка	12		12
14	Раздел 14.Тактическая подготовка	9		9
15	Раздел 15.Тестирование	6		6
Итого:		136	8	128

### III КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК (вставить таблицу)

Содержание	Возрастные группы
	Средняя и старшая школьная группа от 13 до 14 лет
	Учебный период
Календарная продолжительность учебного периода, в том числе	01 сентября 2021 – 31 мая 2022 35 недель
1 полугодие	01.09. 2021 г. - 29.12.2021 г. 15 недель
2 полугодие	10.01. 2022 г. – 31.05.2022 г 20 недель
Объем недельной образовательной	4,5 учебных часа (1 полугодие), 5 часов (2 полугодие)



нагрузки, в час, в том числе:	
В 1 половину дня	-
Во 2 половину дня	4,5 учебных часа
Сроки проведения мониторинга реализации ДОП	15 сентября – 25 сентября, 1 октября – 15 октября, 25 мая – 31 мая
Организация социально - досуговой деятельности в каникулярный период	01 ноября – 08 ноября 2021 г. 29 декабря 2021 – 09 января 2022 г. 26 марта – 03 апреля 2022 г.
Летний период	
Календарная продолжительность летнего периода	01 июня 2022 – 31 августа 2022
	13 недель
Объем недельной образовательной нагрузки, в час, в том числе:	-
В 1-ю половину дня	-
Во 2-ю половину дня	-
Праздничные дни	4 ноября, 1-8 января, 23 февраля, 8 марта, 1, 2, 9 мая

#### IV УЧЕБНЫЙ ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Вид деятельности	Возрастная категория	№ группы	Объем образовательной нагрузки	
			недельная	годовая
Футзал	13-14 лет	1 группа	4	
		1 группа	5	
		Итого		136

#### V СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

##### 1. Теоретическая подготовка

- развитие футбола в России, в ХМАО;
- влияние физических упражнений на организм человека, тренировка как процесс совершенствования функций организма;
- гигиена, врачебный контроль и самоконтроль, режим дня и питания, профилактика травматизма;
- техника безопасности на занятиях и оказание первой медицинской помощи;
- правила игры, организация и проведение соревнований;
- оборудование и инвентарь, роль специального оборудования в повышении эффективности тренировочного процесса;
- тактические планы игры, установка на игры и их разбор, индивидуальные и командные действия в процессе соревнований и контрольных игр.

## **2. Общая физическая подготовка**

- упражнения для развития физических качеств (выносливость, быстрота, сила, ловкость и т.д.), необходимых для успешной игры в футбол;
- развитие физических качеств с применением различных предметов: набивные мячи, скакалка, футбольные мячи, тренажеры, штанга и т.д.;
- легкоатлетические упражнения: эстафеты, челночный бег, бег 15, 30, 1000 метров, метание набивного мяча, прыжки в высоту и длину с места;
- гимнастические и акробатические упражнения:  
упражнения для развития силы, силовой и статистической выносливости, упражнения для развития подвижности в суставах, упражнения развивающие вестибулярную устойчивость и т.д.;
- подвижные и спортивные игры: «салки», «попрыгунчики», «пустое место», баскетбол без ведения, «регби», «ручной мяч» и т.д.;

## **3. Специальная физическая подготовка**

- специальные беговые упражнения;
- упражнения для развития футбольной скорости и ловкости, быстроты зрительно-двигательной реакции на мяч, скорости перемещения и ориентации на поле;
- развитие скоростной силы, взрывной силы, выносливости и целеустремленность в атаке и отборе мяча;
- развитие и совершенствование стартовой скорости с изменением направления движения, скоростная обводка препятствий;
- специальные физические упражнения для развития прыгучести, прыжки в длину и в высоту;
- акробатические упражнения при отборе мяча и ударах по воротам. Специальные акробатические упражнения для тренировки вратаря.

## **4. Техническая подготовка**

- техника игры без мяча: обычный бег, бег спиной вперед, бег скрестным и приставным шагом, прыжки толчком одной и двумя ногами, остановка прыжком и выпадом, повороты на месте и в движении переступанием и прыжком;
- техника владения мячом: удары по мячу ногой и головой, остановка и обработка мяча, ведения мяча, техника игры вратаря;
- удары по мячу ногами: внутренней и внешней стороной стопы, носком, пяткой;
- удары по мячу головой: удар, выполняемый активным движением туловища; удар, в прыжке вверх, в прыжке вперед спадением;
- остановка и обработка мяча: остановка мяча грудью, остановка мяча бедром, остановка мяча внутренней и внешней частью стопы, остановка мяча в передвижении, остановка мяча с учетом положения соперника, остановка мяча с лета и полулета в условиях борьбы с соперником;
- ведение мяча: ведение мяча шаговыми ударными движениями внутренней и внешней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема, носком;
- финты: «наступление подошвой на мяч», «ложная остановка мяча подошвой», «проброс мяча мимо соперника», «ложный замах для удара», убиение мяча внутренней частью подъема», «переступание через мяч»;
- отбор мяча: в выпаде, в подкате, толчком плеча;
- техника игры вратаря: основная стойка, ловля мяча снизу, сверху, с боку, в падении, отбивание мяча, перевод мяча, бросок и выбивание мяча;

### **5. Тактическая подготовка**

- индивидуальные тактические действия: выбор места, ведение мяча и обводка соперника, обманные действия, удары по воротам, отбор мяча у соперника;
- групповые тактические действия: передачи мяча, отбор мяча у соперника при помощи согласованных действий двух, трех и более игроков, держания (закрывания) соперника;
- тактические комбинации: «стенка», «треугольник», комбинации при розыгрыше начального удара, удара от ворот, штрафного, углового и свободного удара, введение мяча из-за боковой линии;
- командные тактические действия:  
тактические действия защиты (вратарь, защитники,) и нападения: (нападающие, центральные игроки) разбор технической и тактической подготовленности игроков и команды в целом после соревнований и контрольных игр.

### **6. Интегральная подготовка**

- целенаправленная подготовка к соревнованиям,
- контрольные игры;
- участие в товарищеских встречах, во внутришкольных, районных соревнованиях;

### **7. Инструкторская и судейская практика**

- изучение правил игры, освоение жестов и терминологии, принятых в футзале;
- проведение комплексов упражнений по физической и технической подготовке на изученном программном материале;
- судейство на учебных играх, на соревнованиях внутришкольных;
- сдача зачетов по инструкторской и судейской практике.

## **VI ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **6.1.Методическое Обеспечение**

<b>№</b>	<b>Тема программы</b>	<b>Форма организации и проведения занятия</b>	<b>Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса</b>	<b>Дидактический материал, техническое оснащение занятий</b>	<b>Вид и форма контроля, форма предъявления результата</b>
<b>1</b>	Общие основы футзала ПП и ТБ Правила игры и методика судейства	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, рассказ, беседа, практические задания, объяснение нового материала. Конспекты занятий для педагога.	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила судейства.	Вводный, положение о соревнованиях по футзалу.
<b>2</b>	Общефизическая подготовка футболиста	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, поточная, фронтальная	Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, тренировки	Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего	Тестирование, карточки судьи, протоколы
<b>3</b>	Специальная подготовка	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
<b>4</b>	Техническая подготовка футболиста	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего Терминология, жестикуляция.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест, соревнование
<b>5</b>	Игровая подготовка	групповая, подгрупповая, коллективно-групповая	практические занятия, упражнения в парах, тренировки, Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего, видеозаписи	Учебная игра, промежуточный отбор, соревнование

## 6.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень используемых учебных изданий:

1. Беляева Н.Т., Юровский С.Ю., Дневник самоконтроля. М.: 1994.
2. Жан-Люк Чесно, Жирар Дюре. Футбол. Обучение базовой технике. 2006г.
3. Железняк Ю.Д. Спортивные игры. 2001г.
4. Люшкинов Н.М. Искусство подготовки высококлассных футболистов. 2006г.

## 6.3. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное образование или высшее образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы.

Требования к педагогам дополнительного образования и преподавателям:

- среднее профессиональное образование – программы подготовки специалистов среднего звена или высшее образование – бакалавриат, направленность (профиль) которого, соответствует направленности дополнительной общеобразовательной программы;
- дополнительное профессиональное образование – профессиональная переподготовка, направленность (профиль) которой соответствует направленности дополнительной общеобразовательной программы;

При отсутствии педагогического образования – дополнительное профессиональное педагогическое образование; дополнительная профессиональная программа может быть освоена после трудоустройства. Рекомендуются обучение по дополнительным профессиональным программам по профилю педагогической деятельности не реже чем один раз в три года.

## 6.4. Требования реализации программы.

№ п\п	инвентарь	Количество шт.	Срок использования
1.	Мяч для футзала	10	2 года
2.	Мяч набивной (1-2 кг)	4	5 лет
3.	Секундомер электронный	1	5лет
4.	Скакалки	10	2 года
5.	Насос и иглы	1 комплект	3 года
6.	Щитки футбольные	10	5 лет
7.	Гетры	10	5лет
8.	Гири 16 кг	1	5лет

Технические средства: фотоаппарат, компьютер.

Информационные средства: методические материалы, интернет, мультимедийные материалы.

Дидактические средства:

-разработки педагога для обеспечения образовательного процесса: планы занятий;

-разработки для проведения занятий: наглядные пособия, учебные задания для индивидуальной и групповой работы;

-разработки для организации контроля и определения результативности обучения: тесты, контрольные нормативы.

## VII ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Воспитательная деятельность в творческом объединении осуществляется в соответствии с планом воспитательной работы и планом традиционных мероприятий учреждения

№	Мероприятие	Сроки
1	В память о детях Беслана	Сентябрь
2	Неделя безопасности движения	Сентябрь
3	Всемирный день туризма	Сентябрь
4	Районный слет волонтеров	Сентябрь
5	Мероприятие посвященное Дню любви и уважения	Октябрь
6	Коммунарские сборы	Октябрь
7	Международный день толерантности	Ноябрь
8	День матери	Ноябрь
9	Интернет-кафе «С днем рождения мой округ» - мероприятие, посвященное дню образования ХМАО-Югры.	Декабрь
10	Новогодние мероприятия	Декабрь
11	Районный слет лидеров	Январь
12	Факельное шествие, посвященное Дню памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества.	Февраль
13	«Весеннее настроение» концертная программа, посвященная Международному женскому дню 8 Марта	Март
14	Районная школа вожатых	Март
15	Открытый конкурс –фестиваль «Пасхальная весна»	Апрель
16	Парад Победы, посвященный Дню Победы советского народа в ВОВ 1941-1945 гг.	Май
17	Отчетный концерт ДДТ «Новое поколение»	Май
18	Коммунарские сборы	Май

## VIII СИСТЕМА РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

№	Форма работы	Содержание работы	Сроки
1	День открытых дверей	Ознакомление с работой творческого объединения, прием заявлений на обучение, формирование групп	Август
2	Родительское собрание	Введение в образовательную программу, выбор родительского актива	Сентябрь
3	Открытое занятие	Подведение итогов полугодия	Декабрь
4	Открытое занятие	Подведение итогов программы	Май
5	Консультирование	Консультирование родителей по всем интересующим вопросам	На протяжении всего периода обучения по программе

## **IX СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Веревкин М.П. Мини-футбол на уроке физической культуры. 2006г.
2. Голомазов С.В., Б.Г. Чирва Футбол. Теоретические основы тренировки ловли и отражения мячей вратарям. 2006г.
3. Голомазов С.В., Б.Г. Чирва Футбол. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства. 2006г
4. Голомазов С.В., Б.Г. Чирва Футбол. Универсальная техника атаки. 2006г.
5. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действия с мячом. 2006г.
6. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Методика тренировки. Техники реализации стандартных положений. 2006г.
7. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Методика тренировки техники игры головой. 2006г
8. Лямцев М.И. Программы для внешкольных учреждений. 1977г.
9. Перепекин В.Н. Восстановление работоспособности футболистов. 2006г.
10. Селуянов В.Н., Сарсания С.К., Сарсания К.С. Физическая подготовка футболистов. 2006г.
11. Чирва Б.Г. Футбол. Базовые элементы тактики зонного прессинга. 2006г.
12. Чирва Б.Г. Футбол. Методика совершенствования «Техника эпизодов игры. 2006г

### **Рекомендуемая литература:**

1. Беляева Н.Т., Юровский С.Ю., Дневник самоконтроля. М.: 1994.
2. Жан-Люк Чесно, Жирар Дюре. Футбол. Обучение базовой технике. 2006г.
3. Железняк Ю.Д. Спортивные игры. 2001г.
4. Люкшинов Н.М. Искусство подготовки высококлассных футболистов. 2006г.