

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «ОЛИМП» ИМЕНИ С.Г.СКЛАДНЕВА
Пермского края, Большесосновского округа, с. Черновское

Принята педагогическим советом
Протокол № 2 от «20» апреля 2023 г.

Утверждаю:
Директор _____ Залазаев С.С.
Приказ № 54 от «21» апреля 2023 г.

**Дополнительная общеразвивающая
программа по мини-футболу
«Юный футболист»
возрастная категория с 11 лет
на 2023-2024 учебный год**

Тренер А.М. Бурдин

с. Черновское 2023 г.

Пояснительная записка

Занимающиеся в учебно-тренировочных группах по мини-футболу делятся на 3 возрастные группы:

- младшую (11-12 лет);
- подростковую (13-14 лет)
- Младшую-юношескую (15-16 лет).

Количество занимающихся в каждой группе не менее 15 человек.

Продолжительность занятий:

- в младшей группе до 2 часов (1 час – 45 мин)
- в подростковой до 2 часов (1 час – 45 мин)
- в юношеской до 3 часов (1 час – 45 мин).

Количество занятий в неделю:

- в младшей группе – 3 раза;
- в подростковой – 3 раза;
- в юношеской – 4 раза.

Цель организации занятий мини-футболом

Привлечение детей к занятиям физическими упражнениями для их всестороннего и гармоничного развития.

Задачи:

1. Укрепление здоровья и закаливание организма.
2. Воспитание гражданских качеств человека.
3. Обеспечение всесторонней физической подготовленности, способствующей социализации человека.
4. Изучение теоретических сведений по истории футбола, личной гигиене, технике и тактике игры.
5. Привитие интереса к занятиям футболом.
6. Овладение индивидуальной техникой игры в футбол.
7. Овладение основами командной тактики игры.
8. Участие в соревнованиях.

Содержание учебного материала предполагает решение выше перечисленных задач и распределено в соответствии с возрастом учебно-тренировочной группы.

Рассчитано на последовательное и постепенное расширение знаний, умений, навыков.

Изучение программного материала рассчитано на 2 года для каждой возрастной группы.

Теоретический материал изучается в форме 15-20 минутных бесед по ходу занятий.

Практические задания распределены на разделы:

- общая физическая подготовка;
- специальная физическая подготовка;
- техническая подготовка;
- тактическая подготовка;
- инструкторско-судейская практика;
- задания восстановительного значения;
- участия в соревнованиях;
- испытания по выполнению требований к физической и специальной подготовленности обучаемых.

Общая физическая подготовка направлена на развитие физических качеств обучаемых (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) в зависимости от их возможностей и чувствительных периодов развития.

Специальная физическая подготовка направлена на развитие способностей обучаемых, наиболее успешно овладевать умениями игры в мини-футбол.

Техническая, тактическая, интегральная подготовка направлена на формирование умений владеть мячом в индивидуальных заданиях и в командных действиях.

Инструкторско-судейская практика проводится с целью овладения обучаемыми организаторскими навыками, умениями подготовить и провести соревнования.

Восстановительные задания выполняются с целью снятия усталости от нагрузок, стрессовых чувств.

Участие в соревнованиях предполагает воспитание чувств и умений командных действий, характера, воли, уважение соперника.

Участие в мемориальных турнирах предполагает воспитание патриотических и гражданских качеств.

Занятия должны носить воспитывающий характер целью, которого является воспитание гражданских и патриотических качеств. Организуется в форме бесед, встреч, экскурсий, наблюдений, анализа действий обучаемых, контроль поведением обучаемых и его коррекции.

Для каждой возрастной группы определены требования к физической и специальной подготовленности. Испытания по их выполнению проводятся в конце учебного года, определяются протоколом, сдаются вместе с тестовым отчетом в Управление Центра, являются конечным результатом работы группы за учебный год.

Учебный план занятий
учебно-тренировочных групп
по мини-футболу

№ п/п	Содержание занятий	Количество часов								
		11-12 лет			13-14 лет			15-16 лет		
		Всего 7 часов	Теория	Практика	Всего 9 часов	Теория	Практика	Всего 12 часов	Теория	Практика
1	Теоретические знания		45		55			65		
2	ОФП	76	8	68	98	10	88	100	8	92
3	Специальная физическая подготовка	48	8	40	80	8	72	118	8	110
4	Техническая подготовка	58	10	48	88	10	78	128	10	118
5	Тактическая подготовка	28	6	22	50	5	45	70	10	60
6	Интегральная подготовка	30	3	27	46	6	40	70	8	62
7	Участие в соревнованиях	30	3	27	44	6	38	60	8	52
8	Инструкторско-судейская практика				13	3	10	24	6	18
9	Контрольные испытания	12	2	10	14	2	12	14	3	11
10	Восстановление. Медосмотры	30	5	25	35	5	30	40	4	36
	Итого часов	312	45	267	468	55	413	624	65	559

Учебный план является примерным. Педагог может разработать свой в зависимости от тарифных часов, состояния подготовленности обучающихся. В данном случае обязательно утверждение в Управлении Центра.

На основании учебного плана тренер разрабатывает тематический план на учебный год, утверждает его у заместителя директора Центра и выполняет его на занятиях.

Содержание учебного материала
для младшей группы (11-12 лет)

Теоретические сведения:

1. Физическая культура – средство укрепления здоровья и гармоничного развития человека.
2. ЗОЖ и его составные элементы.
3. Личная гигиена.
4. Вредные привычки и их профилактика.
5. Краткая история возникновения и развития футбола в Море и России.
6. Мини-футбол в Море и в России.
7. Правила игры в мини-футбол. Обязанности игроков.
8. Места занятий и оборудование.

Общая физическая подготовка

Общеразвивающие упражнения.

1. Движение рук вперед, вверх, в стороны, круговые вращения.
2. То же, но в сочетании с ходьбой.
3. Наклоны туловища вперед, в стороны, круговые вращения.
4. То же, но с движениями рук.
5. Поднимание и вращение ног в положении лежа на спине.
6. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.
7. Полуприседание и приседания.
8. Прыжки в полу приседе.
9. Упражнения для формирования осанки.
10. Упражнения для формирования осанки.
11. Упражнения – растяжки
12. Выполнение нормативных требований.

Акробатические упражнения.

1. Кувырок вперед с шага. То же, но с падением.
2. Два кувырка вперед.
3. Кувырок назад из седа.
4. Длинный кувырок вперед.
5. Перекаты вперед и назад в положении лежа, прогнувшись.
6. Полоса препятствий.

Легкоатлетические упражнения

1. Бег равномерный на местности до 2 км.
2. Бег с ускорениями до 60 м.
3. Бег с высокого старта с места до 60 м.
4. Бег с хода до 60 м.
5. Бег повторный: 6*30 м; 4*50 м;
6. Прыжки в длину и в высоту с разбега и с места. Различные многоскоки.
7. Метание мяча с места и с подхода на дальность.
8. Эстафеты.

Лыжная подготовка

Прогулки, подходы, спуски, подъемы. Прохождение на время до 2 км. Игры на лыжах.

Плавание

Произвольным способом 2*25, 50 м. Игры на воде.

Подвижные игры

«Бой петухов», «Удочка», «Борьба за мяч», «Не дай мяч водящему», «Живая цель», «Салки с мячом».

Спортивные игры

Баскетбол, футбол, волейбол.

Специальная физическая подготовка

1. Ускорения (рывки) по сигналу до 10 м из различных положений: стоя лицом, боком, спиной в сторону движения, из приседа, выпада, седа.
2. Ускорение до 30 м.
3. Бег «Змейкой»
4. Бег с изменением скорости и направления.
5. Прыжки вверх толчком одной и двух ног.
6. То же, но в прыжке выполнить поворот.
7. Имитация ударов ногой по мячу.

Техническая подготовка

1. Прямой удар по мячу. Левой и правой ногой.

2. Резаный удар по мячу.
3. Удары внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы.
4. Удары на точность.
5. Удары по неподвижному и катящемуся мячу.
6. Остановки мяча подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и отпускающегося мяча на месте и в движении.
7. Остановки грудью летящего мяча.
8. Ведение внешней и внутренней частью подъема правой и левой ногой, на прямой и с изменением направлений, с обводкой стоек и партнеров, равномерно и с изменением скорости.

Техническая подготовка

1. Прямой удар по мячу.левой и правой ногой.
2. Резаный удар по мячу.
3. Удары внутренней стороной стопы.
4. Удары на точность.
5. Удары по неподвижному и катящемуся мячу.
6. Остановки мяча подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и отпускающегося мяча.
7. Остановки грудью летящего мяча.
8. Ведение внешней и внутренней частью подъема правой и левой ногой, по прямой и с изменением направлений, и с обводкой стоек и партнеров, равномерно и с изменением скорости.
9. Удары по мячу головой серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега.
10. То же, но направляя мяч по заданию тренера.
11. Удары головой на точность партнеру, в ворота, в цель на поле.
12. Обманные движения.
 - После замедления бега – рывок;
 - Во время ведения внезапная передача;
 - Имитация передачи, удара во время ведения;
 - Другие приемы по заданию тренера.
13. Перехват мяча с опережением соперника.
14. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом.
15. Выбрасывание мяча из-за боковой линии без задания.
16. То же, но с заданиями.
17. Игра вратаря
 - Стойки;
 - Передвижение в воротах;
 - Ловля, летящего на встречу мяча;
 - Ловля катящегося мяча;
 - Ловля высоко и в сторону летящего мяча;
 - Быстрый подъем с мячом после падения;
 - Отбивание мяча кулаком;
 - Выбивание мяча ногой.
18. Тактическая подготовка
 - Классификация тактических действий;
 - Расстановка игроков, их обязанности;
 - Упражнения для развития умений «видеть поле».
19. Тактика нападения.
 - Задания на формирование умений реагировать на действия партнеров и соперника;
 - Выбор места на поле и способа передвижения для «открывания»;

- Применение способов остановок, ведения мяча, обводки, передач с учетом целесообразности и необходимости;
 - Удары по воротам с игровых заданий;
20. Взаимодействие 2-х и более игроков.
21. Передачи «на выход»
22. Разыгрывание комбинаций:
- Начало игры;
 - При выполнении угловых, штрафных, свободных ударов, вбрасывание мяча.
23. Тактика защиты.
- Выбор места по отношению к «опекаемому»;
 - Противодействие получения мяча;
 - Отбор мяча, изученными способами;
 - Противодействие комбинации «стенка»

Интегральная подготовка

1. Чередование упражнений для развития физических качеств, технической и тактической подготовленности:
 - Комбинированные задания индивидуальной работы;
 - Игровые задания с партнерами, командой;
 - Подготовительные игры;
2. Соревнования. Участие, согласно календарного плана – 6-7 игр в год.

Содержание учебного материала для подростковой группы (13-14 лет)

I. Теоретические сведения.

1. Спорт – составная часть физической культуры. Его цели и задачи.
2. Российские достижения в футболе и мини-футболе.
3. Единая Всероссийская классификация.
4. Классификация соревнований по мини-футболу.
5. Приемы и средства самоконтроля.
6. Врачебный контроль.
7. Техника безопасности при игре в мини-футбол. Причины травм, их предупреждение.
8. Правила игры в мини-футбол. Обязанности судей, их права.
9. Порядок организации и проведения соревнований по мини-футболу.

II. Общая физическая подготовка

1. Общеразвивающие упражнения без предметов:
 - Маховые и круговые движения руками в сочетании с движениями ног, туловища.
 - То же, но в движении;
 - Круговые движения туловища, повороты с движениями рук и ног;
 - Пружинистые приседания на двух и на одной ноге;
 - Прыжки в приседе вперед, назад в стороны;
 - Другие упражнения по заданию тренера.
2. Акробатика
 - Кувырок вперед с прыжка;
 - Кувырок назад в упоре стоя, ноги врозь из упора присев, седа, из основной стойки;
 - Стойка на голове и руках (3-х точках) из упора присев;
 - Кувырок вперед из стойки на голове;
 - Стойка на руках (обозначить) махом одной и толчком другой;
 - Переворот в сторону («колесо»).
3. Легкоатлетические упражнения.
 - Бег слабой интенсивности до 25 мин;
 - Повторный бег
4. Лыжная подготовка
 - Походы и прогулки до 10 км.
 - Повторное прохождение отрезков 5*100 м; 4*300 м; 3*500 м.
 - Спуски, подъемы, повороты, торможения.
5. Подвижные игры
 - Различные игры с бегом, прыжками, преодолением препятствий.
6. Спортивные игры
 - Баскетбол. Волейбол. Футбол.
7. Плавание
 - Кроль на груди;
 - Брасс;
 - Спортивный прыжок;
 - Поворот.

III. Специальная физическая подготовка

1. Ускорения (рывки) по 10-15 м из различных стартовых положений.
2. Ускорения по 15,30,60 м без мяча с мячом.
3. Бег боком и спиной вперед.

4. Рывок с мячом и удар по воротам.
 5. Прыжки с разбега вверх с доставанием подвешенного мяча.
 6. Различные эстафеты с элементами игры в мини футбол.
 7. Повторение ранее изученных заданий.
- IV. Техническая подготовка
1. Удары по мячу ногой
 - Удары серединой и внешней частью подъема по неподвижному и котящемуся мячу;
 - То же, но удары по прыгающему и летящему мячу;
 - Удары носком и пяткой (назад);
 - Удары по заданию тренера (различной силы, траектории полета, направления);
 - Удары на точность;
 - Удары в единоборстве.
 2. Удары головой.
 - Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места, с разбега;
 - То же, но в сопротивлении;
 - Удары по заданию на точность.
 3. Остановка мяча
 - Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и отпускающегося мяча с поворотом налево и направо;
 - Остановка грудью летящего мяча с поворотом налево и направо;
 - Остановка мяча ранее изученными способами в движении с последующим ведением;
 - То же, но с передачей мяча;
 - То же, но с ударом по воротам.
 4. Ведение мяча
 - Ведение серединой подъема с носком;
 - Ведение с изменением скорости и направления;
 - Ведение с обводкой препятствий;
 - Ведение с обводкой соперников.
 5. Обманные движения
 - При ведении мяча показать остановку (без касания или с касанием мяча, подошвой) и рывком уйти вперед;
 - То же, но во взаимодействии с партнером (остановить мяч, отдать его назад партнеру, а самому уйти вперед, увлекая соперника);
 - Выполнение обманных движений в единоборстве.
 6. Отбор мяча
 - Выбор момента отбора;
 - Отбор в подкате, выбивая и останавливая мяч ногой.
 7. Вбрасывание из-за боковой линии
 - Вбрасывание с места из положения параллельного расположения ступней;
 - То же, но после 2-3 шагов.
 8. Выполнение угловых ударов
 - Удар с навесом во вратарскую площадку;
 - Удар партнеру для разыгрывания.
 9. Игра вратаря
 - Повторение изученных приемов ловли мяча;
 - То же, но с падением;
 - Ловля опускающегося мяча;

- Отбивание (в сторону, за линию ворот) руками;
- Перевод мяча через перекладину;
- Броска мяча на точность и на дальность.

V. Tактическая подготовка

1. Теория. Система тактики и стиля игры. Игровые действия команды по различным схемам. Tактика защитных действий.

2. Tактика нападения.

- Формирование умений выбрать позицию для получения мяча;
- Формирование умений видеть партнеров и выбрать момент для передачи мяча;
- Bзаимодействие с партнерами при равном соотношении с соперниками 1+1;2+2;3+3;4+4 и т.д.
- Bзаимодействие с партнерами в численном превосходстве соперника 2+1;3+2;4+3 и т.д.
- Bзаимодействие с партнерами в условиях 2+3;3+4;
- Системы нападения при атаке флангом и через центр.

3. Tактика защиты

A) Индивидуальные действия

- Противдействие маневрирования соперника (не пропустить, помешать получить мяч, передать, ударить по воротам);
- Повторение и совершенствование изученных способов в перехвате мяча.

B) Групповые действия.

- Противдействие сопернику в системе 2+2; 3+3; 4+4 и т.д.
- Противдействие сопернику в системе 2+1; 3+2; 4+3 и т.д.
- Противдействие сопернику в системе 1+2; 2+3; 3+4 и т.д.
- Организация противдействия в комбинациях:
 - «стенка»;
 - «скрещивание»;
 - «пропуск мяча»;
- Организация комбинаций с участием вратаря.

B) Командные действия

- Организация обороны по принципу персональной опеки;
- Оборона по принципу комбинированной защиты;
- Оборона по принципу26.....защиты
- Формирование умений играть в обороне на своем месте согласно выбранной системы.

Г) Tактика вратаря

- Организация построения «стенки»;
- Игра на выходе из ворот;
- Регулировка действий партнеров при защите от штрафных, угловых ударов;

Д) Учебные и тренировочные игры с заданиями тренера.

VI. Участие в официальных и товарищеских играх 8-10 встреч.

VII. Инструкторско-судейская практика.

1. Bыполнение обязанностей старосты группы, ответственных за инвентарь, порядок в тренерских комнатах.
2. Bыполнение обязанностей помощника тренера в ходе занятий.
3. Планирование и проведение самостоятельных тренировок.
4. Участие в судействе игр.

VIII. Bыполнение нормативных требований не менее 70%.

Содержание учебного материала
для младшей юношеской группы (15-16 лет)

I. Теоретические сведения.

1. Организация физкультурного движения в России.
2. Международная Ф.К. движения.
3. Олимпийские игры.
4. Спортсмены России и Пермского края призеры О.И. участники.
5. Современный мини-футбол в России, Европе, Море.
6. Организация самоконтроля и врачебного контроля.
7. Правила игры, организация и проведение соревнований:
 -28.....изучение правил игры;
 - Руководство игрой;
 - Оформление протокола игры;
 - Системы игр (круговая, с выбыванием, смешанная);
 - Положение о соревнованиях;
8. Методика обучения и тренировки
 - Принципы тренировки;
 - Методы обучения: объяснения, показ, разучивание, совершенствование, анализ;
 - Методика развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости);
 - Организация занятий: с подготовки группы, разминка, основная часть, заключительная часть, их содержание;
 - Понятие о нагрузке (объем и интенсивность).

Примечание. Интегральная подготовка включена во все виды практической теоретической работы. По усмотрению тренера часы в учебном плане по И.П. можно сделать выборку из всех разделов и сгруппировать в интегральную подготовку.

II. Практические занятия

Общая физическая подготовка

1. Общеразвивающие упражнения
 - Упражнения для рук, плечевого пояса, из различных исходных положений, во время ходьбы и бега;
 - В упоре лежа – отталкивания, перемещения;
 - Движения ног с широкой амплитудой маха;
 - Движения туловища в положениях широкого выпада, сидя, лежа;
 - Упражнения на растягивание.
2. Акробатика
 - Кувырок вперед ч/з препятствие (веревочка, мостик, партнер)
 - Кувырок назад ч/з стойку на руках;
 - Повторение ранее изученных упражнений.
3. Легкоатлетические упражнения
 - Бег слабой интенсивности (2-я зона) до 30 минут;
 - Повторный бег 7*60;5*80;4*100 м.
 - Бег на скорость 30;60;100;500м;1000;3000м.
 - Прыжки в длину и высоту произвольным способом, тройной прыжок, многоскоки;
 - Метание гранаты, диска, толкание ядра на дальность;
4. Лыжная подготовка
 - Походы, прогулки до 10 км.

- Повторные ускорения 4*500 м;
 - Прохождение на время 3 и 5 км.
5. Спортивные игры. Футбол.
 - Баскетбол. Волейбол.
 6. Плавание
 - Плавание до 1500 м.
 - Плавание на скорость 4*50м; 2*100 м.

Специальная физическая подготовка

1. Повторное пробегание обрезков 10-30м из различных исходных положений;
2. Челночный бег 2*10;2*15;2*20.
3. Бег спиной вперед, приставным вправо, влево;
4. Бег с изменением скорости и направления.
5. Эстафеты с элементами бега, прыжков, акробатики, ведением мяча;
6. Толчки плечом партнера;
7. Игра «Бой петухов».

Интегральная подготовка

- Ведение мяча с изменением скорости, направления, окончания ведения по заданию (остановка, пас, удар по воротам);
- Ведение мяча головой;
- Удары по мячу на дальность и на точность;
- Игровые упражнения с мячом большой интенсивности (3*3; 4*4; 5*5);
- Двухсторонние игры с увеличенной продолжительностью.

Техническая подготовка

1. Ведение мяча
 - Ведение мяча изученными способами на высокой скорости, со сменой направления, обводкой препятствий, соперника;
 - То же, завершение ведения по заданию тренера.
2. Остановка мяча
 - Остановка мяча ранее изученными способами с поворотом на 18 град. С последующими действиями;
 - Остановка мяча бедром.
3. Удары по мячу
 - Удары ногой, ранее изученными способами в усложненных условиях;
 - Удары на точность и дальность;
 - Удары головой в прыжке с поворотами на точность и дальность;
4. Отбор мяча
 - Отбор мяча, ранее изученными способами в усложненных условиях, в единоборстве в игровых комбинациях;
5. Обманные движения
 - Обманные движения туловищем во время ведения мяча, обводки.
6. Игра вратаря
 - Отбивание мяча кулаком в прыжке на выходе из ворот;

- Выполнение ранее изученных приемов в усложненных условиях (помеха соперников, в игровой обстановке).

Тактическая подготовка

1. В нападении

- Маневрирование на поле в зависимости от игровых ситуаций;
- То же, но по заданию тренера, в зависимости от игровой комбинации;
- Выбор решения в конкретной игровой ситуации;
- Взаимодействие с партнерами при организации атаки;
- Игра в одно касание;
- Смена флангов атаки;
- Изучение и совершенствование игровых комбинаций;
- Выбор целесообразной тактической схемы.

2. В защите

- Совершенствовать «закрывание», «перехват», отбор мяча;
- Совершенствовать выбор позиции и страховку;
- Развитие умений создавать численное преимущество;
- Создание искусственного положения «вне игры»;
- Совершенствование различных систем и защиты (персональная, зонная, смешанная);
- Совершенствование умений быстро перестраиваться от обороны в нападение;
- Учебные и тренировочные игры, совершенствуя командные и индивидуальные действия.

3. Игра вратаря

- Совершенствование умений выбрать место при ловле мяча: (ловля мяча по заданию тренера);
- Вводя мяч в игру организовывать атаку;

Участие в соревнованиях

Участие в официальных и товарищеских играх 10-14 встреч. Выход на уровень краевых соревнований.

Выполнение нормативных требований по физической и технической подготовке не менее 70%.

Восстановительные средства

1. Планирование и проведение восстановительных мероприятий после физических и психических нагрузок:

- Упражнения слабой интенсивности (бег, ходьба);
- Упражнения на расслабление и растягивание;
- Душ, баня, плавание;
- Массаж и самомассаж;
- Фармакологические средства.

2. Использование восстановительных средств строго индивидуально, в зависимости от возраста, физического и психического состояния.

3. Медицинские осмотры

- Глубокий – два раза в год. В начале учебного года и в конце.
- Эпизодический - по мере необходимости контроля.
- Перед соревнованиями.

Педагогический контроль

1. Наблюдение и коррекция поведения занимающихся.
2. Контроль за учебной деятельностью детей в школе и дома.
3. Контроль и оценка функционального состояния занимающихся вначале и в конце учебного года. Текущий контроль.

Воспитательная работа

1. Организация коллектива группы
 - Назначение ответственных;
 - Распределение обязанностей;
 - Определение целей и задач работы группы в зависимости от ресурсного обеспечения;
2. Проведение собраний группы по ранее спланированным вопросам и текущим проблемам.
3. Обеспечение единства тренировочной работы и воспитания личности занимающихся.
4. Подборка, подготовка и проведение мероприятий патриотической направленности.
5. Обеспечение единства требований в семье, школе, группе.

Список литературы

1. Андреев С.Н. Футбол в школе. Книга для учителя. М.Просвещение 1996 .
2. Белова Т.Б. Спортивно-ориентированная система физического воспитания. Сборник материалов Всероссийской конференции. Пермь. 2007
3. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников. Пособие для учителя физкультуры. М. Просвещение. 2001
4. Пилюян Р.А. Мотивация спортивной деятельности. Пособие для тренера. ФИС. 1994
5. Сучилин А.А. Футбол во дворе. Пособие для тренера. ФИС. 1999
6. Хьюс Чарльз. Футбол: Тактические действия команды. Пособие для тренера. ФИС. 1999