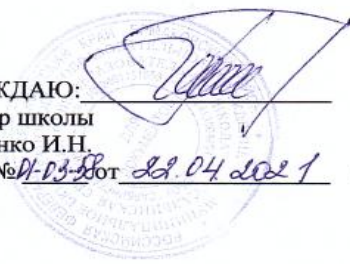


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Салбинская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО:
на заседании
Педагогического Совета
от «22» апреля 2021 года
Протокол № 7.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
Тимошенко И.Н.
Приказ № 01-03-2021 от 22.04.2021 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«ФУТБОЛ»

Возраст обучающихся: 7-10 лет
Срок реализации: 1 год

Автор -составитель:
Учитель физической культуры
Алтынец Александр Юрьевич

РАЗДЕЛ I: КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ:

1.2. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» (далее – программа) разработана в соответствии:

- Федеральный Закон № 273 от 29.12.2012 года «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р.
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная приказом Министерством Просвещения России от 3.09.2019 № 467.
- СанПиН 2.4.4. 3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года.
- Приказ Минтруда России от 05.05.2018 N 298н «Об утверждении профессионального стандарта Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
- Устав образовательной организации.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ"

Футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей

Дополнительная образовательная программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность. По уровню освоения программа имеет начальный уровень подготовки, по времени реализации годичная.

Актуальность программы : футбол – игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное, физическое развитие, формируются такие положительные черты характера, как умение подчинять личные интересы, интересам коллектива, взаимопомощь, активность, чувство ответственности, также занятия футболом – благодатная почва для развития координационных и кондиционных качеств и двигательных умений школьников.

Новизной программы: заключается в том, что в данной программе разработана система поэтапного обучения и контроля, в результате которой дети получают расширенное представление об игре в футбол, овладевают основными навыками игры, осваивают счет, а по окончании обучения могут самостоятельно играть в футбол, а также в ходе обучения у учащихся формируется чувство необходимости в регулярных занятиях спортом.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена целым рядом качеств:

- личностная ориентация образования;
- профильность;
- практическая направленность;
- мобильность;
- реализация воспитательной функции обучения через активизацию деятельности обучающихся.
-

1.2. Цель и задачи программы:

Цель обучения: формирование физической культуры личности в процессе всестороннего развития физических качеств учащихся, овладения техникой и тактикой игры в футбол и ее основными правилами.

Задачи:

Предметные:

- формирование необходимых теоретических знаний;
- обучение технике и тактике игры;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

Метапредметные:

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры.

Личностные:

- воспитание моральных и волевых качеств;
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;

- формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

Отличительной особенностью данной программы является упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей, формирование знаний по теории и методике игры в футбол, что позволяет достигнуть более высокого результата. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях ориентирует учащихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

Адресат программы: Программа предназначена для детей 7- 10 лет.

Срок реализации программы.

Учащиеся посещают объединение 3 раза в неделю. Занятия проводятся во второй половине дня.

Продолжительность занятий 1 час.

Начало занятий - 4 сентября.

Окончание занятий - 31 мая.

Всего учебных недель (продолжительность учебного года) - 36 недель.

Объем учебных часов за год обучения - 108 часов

Режим работы: 2 раза в неделю по 1 часу

Формы занятий: При реализации программы используются следующие формы занятий:

Индивидуальная	Групповая	Фронтальная
индивидуально-групповая	Соревновательная	работа по подгруппам (по звеньям)

Основными формами организации занятий являются учебно-тренировочные занятия, контрольные испытания, товарищеские встречи, соревнования школьного и муниципального уровня.

Формы организации обучения: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая.

1.3. Содержание программы:

Учебный план (6-10 лет)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	I раздел. Основы знаний по футболу	5 часов	1 час	4 часа	Контрольное тестирование
2	II раздел. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек	16 часов	6 часов	10 часов	Спортивные соревнования
3	III раздел. Техника ударов по мячу и остановок мяча.	20 часов	6 часов	14 часов	Спортивные соревнования
4	IV раздел. Техника ведения мяча.	20 часов	6 часов	14 часов	Спортивные соревнования
5	V раздел. Техника защитных действий	13 часов	3 часа	10 часов	Спортивные соревнования
6	VI раздел. Тактика и техника игры.	25 часов	10 часов	15 часов	Спортивные соревнования
7	VII раздел. Соревнования, правила соревнований.	9 часов	2 часа	7 часов	Контрольное тестирование
		108 часов	34 часа	74 часа	

1.4. Содержание программы учебного плана

I модуль. Основы знаний по футболу.(5часов)

- Развитие футбола в России и за рубежом;
- Терминология элементов футбола;
- Строение и функции организма человека;
- Профилактика травматизма при занятиях футболом.

II модуль. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.(16 часов)

- Стойка игрока.
- Перемещения в стойке приставными шагами боком.
- Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.
- Ускорения, старты из различных положений.
- Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
- Бег «змейкой», "восьмеркой"
- Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.

III модуль. Техника ударов по мячу и остановок мяча.(20 часов)

- Удары по неподвижному и катящему мячу внутренней стороной и средней частью подъема.
- Удары по катящему мячу носком, серединой лба (по летящему мячу).
- Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.
- Остановка катящего мяча внутренней стороной стопы и подошвой.
- Остановка мяча грудью.
- Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.
- Передача мяча партнеру.
- Ловля низколетящего мяча вратарем.

IV модуль. Техника ведения мяча.(20 часов)

- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.
- Комбинации из основных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.

V модуль. Техника защитных действий.(13 часов)

- Зонная защита.
- Персональная защита.
- Смешанная защита.

- Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.
- Вырывание, отбивание, вбрасывание и выбивание мяча.
- Игра вратаря – при ловле низких, полуввысоких, высоких мячей.
- Перехват мяча.

VI модуль. Тактика и техника игры.(25 часов)

- Расстановка игроков на поле.
- Тактика свободного нападения.
- Тактические действия линий обороны и атаки:
 - а) индивидуальная тактика игрока;
 - б) коллективные тактические действия;
 - в) выбор места игрока;
 - г) создание численного перевеса при атаке;
 - д) отвлекающие действия игроков.
- Позиционное нападение без изменения позиций игроков.
- Позиционное нападение с изменением позиций игроков.
- Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.
- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.
- Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.
- Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, баскетбол).

VII модуль. Соревнования, правила соревнований.(9 часов)

- - Основные правила соревнований по футболу.
- Судейство игр.
- Эстафеты с элементами футбола.

1.5. Планируемые результаты (прогнозируемый) результат программы «Футбол»

Образовательный процесс по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе позволяет добиться следующих результатов:

Предметные результаты характеризуют умение и опыт воспитанников, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения программы дополнительного образования «Футбол».

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Личностные результаты:

- понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни;
- знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- готовность к личностному самоопределению;
- уважительное отношение к иному мнению;
- овладение навыками сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками;

- этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей;
- положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат;
- оказание бескорыстной помощи окружающим.

Учащиеся должны знать и иметь представление:

- об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях мини-футболом и правила его предупреждения;
- основы судейства игры мини-футбол.

Учащиеся должны уметь:

- выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами мини-футбола;
- уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в школе, во дворе, в оздоровительном лагере и другое

РАЗДЕЛ II: КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утвержденным «СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» № 41 от 04.07.2014 (СанПин 2.4.43172 -14, пункт 8.3, приложение №3).

Начало образовательного процесса – 4 сентября

Окончание учебного года - 31 мая

Всего по программе -108 часов

Всего учебных недель (продолжительность учебного года) - 34 недели.

Количество учебных дней: - 108 дней.

Режим работы: 2 раза в неделю по 1 часа.

№	Год обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы
1	1 год	34	108	108ч	3 раза в неделю по 1 часу

2.2. Формы аттестации (контроля) и оценочные материалы:

Программа предполагает промежуточный и итоговый контроль. Формы контроля промежуточных и конечных результатов:

- соревнования
- турниры разного уровня

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- диагностика уровня сформированности знаний по теории программы;
- контрольное тестирование по итогам обучения, контрольные игры с заданиями, товарищеские встречи, соревнования.

2.3. Условия реализации программы

Комплектование групп - свободное. Программа построена таким образом, что ее может освоить любой ребенок, независимо от возраста и способностей. Дополнительные условия реализации программа не нужны.

Материально-технические условия реализации дополнительной общеобразовательной программы:

Оборудование:

спортивный зал 9x18 метров,
игровая площадка размером 40-55 м в длину и 25-40 м в ширину с травяным или искусственным покрытием,

- специальный спортивный зал с вентиляцией, хорошим освещением, - - раздевалка;
- душ необходимым температурным режим.
- мячи футбольные (12-15 шт);
- футбольные мини – ворота;
- форма для занятий по футболу;
- мячи для других игровых видов спорта (баскетбольные, волейбольные);
- мячи для метания ;
- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);
- гимнастическая стенка "шведская";
- гимнастические скамейки;
- маты гимнастические;
- скакалки;
- гимнастические палки;
- секундомер;
- рулетка;
- канат;
- свисток.

Техническое оснащение: музыкальный центр, компьютер.

Методические материалы: информационное обеспечение программы осуществляется посредством использования фото-, мультимедиа-материалов; интернет-источников и др.

Информационное обеспечение программы осуществляется посредством использования аудио-, видео-, фото-, мультимедиа-материалов; интернет-источников и др.

Дидактическое обеспечение: фонд записи соревнований, записи видео и аудио формата CD, альбомы – презентации по соревнованиям.

Информационное обеспечение:

<https://rfs.ru/%0A>

<https://minsport.gov.ru/>

Кадровое обеспечение: реализации дополнительной общеобразовательной программы реализует педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории.

2.4. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№	Дата	Количество часов	Тема
I модуль. Основы знаний по футболу. (5 часов)			
1		1	Развитие футбола в России и за рубежом
2		1	Терминология элементов футбола
3		1	Строение и функции организма человека
4		1	Профилактика травматизма при занятиях футболом
5		1	Итоговое тестирование
II модуль . Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. (16 часов)			
6		1	Стойка игрока.
7		1	Перемещения в стойке приставными шагами боком.
8		1	Перемещения в стойке приставными шагами боком
9		1	Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.
10		1	Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.
11		1	Практическая тренировка
12		1	Соревнования по футболу
13		1	Ускорения, старты из различных положений.
14		1	Ускорения, старты из различных положений
15		1	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
16		1	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
17		1	Бег «змейкой», "восьмеркой"
18		1	Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед
19		1	Практическая тренировка
20		1	Практическая тренировка
21		1	Соревнования по футболу
III модуль . Техника ударов по мячу и остановок мяча. (20 часов)			
22		1	Удары по неподвижному и катящему мячу внутренней стороной и средней частью подъема.
23		1	Удары по неподвижному и катящему мячу внутренней стороной и средней частью подъема
24		1	Удары по катящему мячу носком, серединой лба (по летящему мячу).
25		1	Удары по катящему мячу носком, серединой лба (по летящему мячу).
26		1	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.
27		1	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.
28		1	Практическая тренировка
29		1	Практическая тренировка

30		1	Остановка катящего мяча внутренней стороной стопы и подошвой.
31		1	Остановка катящего мяча внутренней стороной стопы и подошвой
32		1	Остановка мяча грудью.
33		1	Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.
34		1	Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.
35		1	Передача мяча партнеру.
36		1	Ловля низколетающего мяча вратарем
37		1	Ловля низколетающего мяча вратарем
38		1	Практическая тренировка
39		1	Практическая тренировка
40		1	Практическая тренировка
41		1	Итоговое тестирование по теме
IV модуль . Техника ведения мяча. (20 часов)			
42		1	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
43		1	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
44		1	Практическая тренировка
45		1	Соревнования по футболу
46		1	Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
47		1	Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой
48		1	Практическая тренировка
49		1	Соревнования по футболу
50		1	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.
51		1	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.
52		1	Практическая тренировка
53		1	Соревнования по футболу
54		1	Ведение мяча по прямой с изменением направления движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.
55		1	Ведение мяча по прямой с изменением направления движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.
56		1	Комбинации из основных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.
57		1	Комбинации из основных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам

58		1	Практическая тренировка
59		1	Практическая тренировка
60		1	Практическая тренировка
61		1	Итоговое тестирование по теме
V модуль . Техника защитных действий. (13 часов)			
62		1	Зонная защита.
63		1	Персональная защита.
64		1	Смешанная защита.
65		1	Практическая тренировка
66		1	Соревнования по футболу
67		1	Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия
68		1	Вырывание, отбивание, вбрасывание и выбивание мяча.
69		1	Игра вратаря – при ловле низких, полуввысоких, высоких мячей.
70		1	Перехват мяча.
71		1	Практическая тренировка
72		1	Практическая тренировка
73		1	Практическая тренировка
74		1	Соревнования по футболу
VI модуль . Тактика и техника игры.(25 часов)			
75		1	Расстановка игроков на поле.
76		1	Расстановка игроков на поле
77		1	Тактика свободного нападения.
78		1	Тактика свободного нападения.
79		1	Практическая тренировка
80		1	Соревнования по футболу
81		1	Тактические действия линий обороны и атаки: а) индивидуальная тактика игрока; б) коллективные тактические действия; в) выбор места игрока; г) создание численного перевеса при атаке; д) отвлекающие действия игроков.
82		1	Тактические действия линий обороны и атаки: а) индивидуальная тактика игрока; б) коллективные тактические действия; в) выбор места игрока; г) создание численного перевеса при атаке; д) отвлекающие действия игроков.
83		1	Практическая тренировка
84		1	Соревнования по футболу
85		1	Позиционное нападение без изменения позиций игроков.
86		1	Позиционное нападение без изменения позиций игроков.
87		1	Позиционное нападение с изменением позиций игроков.
88		1	Позиционное нападение с изменением позиций игроков.
89		1	Практическая тренировка
90		1	Соревнования по футболу
91		1	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.
92		1	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и

			без атаки ворот.
93		1	Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.
94		1	Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.
95		1	Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, баскетбол)
96		1	Практическая тренировка
97		1	Практическая тренировка
98		1	Практическая тренировка
99		1	Соревнования по футболу
VII модуль . Соревнования, правила соревнований (9часов)			
100		1	Основные правила соревнований по футболу.
101		1	Судейство игр
102		1	Судейство игр
103		1	Эстафеты с элементами футбола
104		1	Практическая тренировка
105		1	Практическая тренировка
106		1	Практическая тренировка
107		1	Соревнования по футболу
108		1	Итоговое занятие

План воспитательной работы

педагога дополнительного образования

Алтынцева Александра Юрьевича

Первый год обучения. Объединение «Футбол»

группа №1

№ п\п	Название мероприятия	Дата проведения	Уровень мероприятия
1	Районный этап «Мини-футбол в школу»	12.09.2020	Районный
2.	Региональный турнир по мини-футболу	26.09.2020	Региональный
3	Зональный турнир «Мини-футбол в школу»	23.11.2021	Краевой
3	Матчевые встречи	В течении года	Районный
4	Школьный этап «Президентские спортивные игры» по мини-футболу	19.04.2021	Школьный
5	Районный этап «Президентские спортивные игры» по мини-футболу	27.03.2021	Районный
6	Районный фестиваль по мини-футболу	22.05.2021	Районный

РАЗДЕЛ III: СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

Список литературы

Список литературы

Литература для педагога.

1. Каменская Е. Н. Педагогика: учебное пособие / Е.Н. Каменская. – М.: Дашков и К°, 2007. – 320 с
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. – Киев: Олимпийская литература, 2002.
3. Гладышева А.А. Морфологические основы физического воспитания юных спортсменов. - Сб. докл. II Всес. конф. по проб. юнош. спорта. - М.: 1971.
4. Давыдов В.В. Проблемы развивающего обучения: Опыт теоретического и экспериментального психологического исследования. -- М.: Педагогика, 1986. - 240 с.
5. В. Промский, Н. Ковеня, «Футзал» - современный метод подготовки, г. Кострома, 2016 г.

Литература для детей .

1. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М.: Владос-пресс, 2003.
2. Матвеев Л.П. «Теория и методика физической культуры». М.: ФиС. 2001 г.

Интернет-ресурсы

1. Сайт Министерства спорта и туризма РФ
2. Сайт Всероссийской федерации футбола