МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ОДОЕВСКАЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»

Программа принята
решением Педагогического совета
МКУДО «Одоевская ДЮСШ»
протокол № 1
от «27» августа 2018 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКУДО
«Одоевская ДЮСШ»
_____ А.Ю. Мотунов
«___» _____ 20___ г.
Приказ № 38 от 01.03 2018 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО ФУТБОЛУ

ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Срок реализации: 2 года
Составители:
педагог ДО высшей квалификационной категории Гавриков В. В.

Одоев 2018 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Футбол наиболее доступное, массовое средство физического развития и укрепления здоровья широких слоев населения. Футболом в России занимается около 8 млн. человек. Эта, поистине народная игра, пользуется популярностью у взрослых и детей. Футбол - атлетическая игра. Она способствует развитию быстроты, ловкости, выносливости, силы и прыгучести. Разнообразная и большая по объему двигательная активность на фоне растущего утомления требует проявления волевых качеств, необходимых для поддержания высокой игровой деятельности.

В основе игры в футбол лежит борьба двух коллективов, игроки которой объединены общей целью - победой. Стремление к достижению победы приучает футболистов к коллективным действиям, взаимопомощи, воспитывает чувство дружбы и товарищества.

Поскольку тренировки и соревнования по футболу проходят почти круглый год, они способствуют физической закалке, повышению иммунитета организма и расширению адаптационных возможностей.

В тренировках по другим видам спорта футбол или его отдельные элементы используются в качестве дополнительного вида спорта. Это вызвано тем, что футбол благодаря своему особому воздействию на физическое развитие может способствовать успешной подготовке в избранной спортивной специализации. Игра в футбол может служить хорошим средством общей физической подготовки. Разнообразный бег с изменением направления, прыжки удары, остановки и ведение мяча, проявление быстроты движения, развитие волевых качеств, тактического мышления - все это позволяет считать футбол такой спортивной игрой, которая совершенствует многие ценные качества, необходимые спортсмену любой специализации.

Эмоциональные особенности позволяют использовать игру в футбол или упражнения в технике овладения мячом в качестве средства активного отдыха.

Занятия футболом являются важным средством вовлечения широких слоёв населения в систематические занятия физической культурой.

Дополнительная образовательная программа по футболу предназначена для детей с восьмилетнего возраста.

Срок реализации программы начального этапа – 2 года.

Данная программа является дополнительной общеобразовательной программой, составленной на основе типовой учебно-тренировочной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школи разработана в соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации»; «О физической культуре и спорте в Российской федерации», другими нормативными документами Министерства образования и науки РФ, Министерства спорта РФ, регламентирующими работу организаций дополнительного образования (деятельность спортивных школ).

Реализация данной образовательной программынаправлена на

- формирование и развитие творческих способностей обучающихся,
- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физкультурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся; обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического воспитания обучающихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области спорта;
- профессиональную ориентацию обучающихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения обучающихся;
- социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры обучающихся;
- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству РФ, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований.

Задачи программы различаются в зависимости от этапа спортивной подготовки.

В группах **начальной подготовки** решаются определенные задачи - систематические занятия спортом максимально возможного числа детей и подростков, направленное на развитие их личности, привитие навыков здорового образа жизни, воспитание физических, морально- этических и волевых качеств, определение специализации. Привитие интереса к систематическим занятиям футболом; обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости, координации движений; овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол. Освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола; участие в соревнованиях по футболу.

В этих группах юные футболисты изучают основы техники футбола, индивидуальную и элементарную групповую тактику игры, осваивают процесс игры в соответствии с правилами «малого футбола», получают теоретические сведения оврачебном контроле, гигиеническом обеспечении тренировочного процесса, основах тактики и правилах игры в футбол.

К занятиям на этапе начальной подготовки допускаются дети, прошедшие предварительную подготовку на занятиях спортивно-оздоровительного этапа, а также дети, желающие заниматься футболом и имеющие письменное разрешение врача-педиатра. На этом этапе работа направлена на укрепление здоровья, на разностороннюю физическую подготовленность, освоение жизненно важных двигательных навыков и качеств, расширение круга технических приемов футбола, обучение основам тактики игры.

При приеме в группы начальной подготовки осуществляется тестирование, главное внимание обращается на показатели по видам подготовки в сочетании с навыками игры в футбол.

Для оценки эффективности данного этапа программы рекомендованы следующие критерии:

- стабильность состава контингента обучающихся;
- динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся;
- уровень освоения основ техники в избранном виде спорта.

НАЧАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА

Наполняемость групп начальной подготовки и режим учебно-тренировочной работы.

Год обучения	Возраст учащихся	Минимальное количество учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю (академических)	Требования по спортивной подготовке на начало и конец учебного года
1-й год 2-й год	8-9 лет 9-10 лет	10 – 18 10 - 15	6 9	Выполнить контрольно-нормативные требования программы

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Разделы подготовки	НП-1	НП-2
	Техника безопасности на тренировках. Соблюдение правил безопасной работы на стадионе и в спортивном зале.	1	1
I	**Теоретическая подготовка**	8	9
I	**Практическая подготовка**		
1	Общая физическая подготовка	78	90
2	Специальная физическая подготовка	52	85
3	Техническая подготовка	60	90
4	Тактическая подготовка	21	54
5	Инструкторская и судейская практика	4	10
6	Выполнение контрольных нормативов	4	6
7	Учебные и тренировочные игры	6	6
8	Восстановительные мероприятия	По специальному плану	
9	Медицинское обследование	По специальному плану	
I	Всего часов на практические занятия	225	341
1	**Общее количество часов**	**234**	**351**

<u>Первый год обучения</u> (НП-1)

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

1.Техника безопасности на тренировках. Соблюдение правил безопасной работы на стадионе и в спортивном зале.

2.Физическая культура - одно из средств воспитания, укрепления здоровья. Развития футбола в Р. Ф. Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и развитие его в Росси.

3. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями полостью рта. Вред курения. Общий режим для занимающихся футболом. Использования естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные ванны как гигиенические и закаливающие процедуры. Правила купания. Правила игры в футбол. Разбор и изучение правил игры в мини-футбол. Роль капитана команды, его права и обязанности. Краткая характеристика технических приемов.

4. Места занятий, оборудование. Площадка для игры в футбол, ее устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу. Специальное оборудование: стойки для подвески мячей, щиты

переносные для ударов.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Строевые упражнения. Понятие о строе и командах. Шеренга, колонна, дистанция и интервал. Расчет по порядку. Расчет на «первый-второй». Перестроение из одной шеренги в две. Размыкание и смыкание приставными шагами. Повороты на месте направо и налево. Начало движения шагом с левой ноги.

Общеразвивающие упражнения. Сгибание и разгибание рук. Круговые движения одной рукой. Движения кистями (сгибание и разгибание, приведение и отведение, круговые движения). Поочередные движения руками. Взмахи ногой вперед, назад и в сторону. Сгибание и разгибание ног в положении сидя. Приседание и переход в стойку на коленях. Вставание из седа, скрестив ноги. Наклоны туловища вперед и в стороны. Прыжки на месте на обеих ногах скрестно. Прыжки на месте на обеих ногах скрестно. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед. Общеразвивающие упражнения с большими и малыми мячами, гимнастическими палками.

Акробатические упражнения. Перекат в сторону из упора, стоя на коленях. Перекат вправо (влево) из упора, стоя на правом (левом) колене, левая в сторону на носок. Перекаты в сторону в широкой группировке. Кувырок вперед из упора в положение сидя в группировке.

Упражнения для формирования осанки. Упражнения у вертикальной плоскости: 1. Встать к стене (положение рук - на пояс, в стороны, к плечам), поднять согнутую ногу, выпрямить ее и отвести в сторону. 2 То же с подниманием на носки. 3 Стоя у стены, прижавшись к ней, наклониться вправо, а затем, не отрываясь от стенки, вернуться в и. п. То же влево. Положение рук может быть различным: за голову, на голове, вверх, на пояс и др.

Упражнения с удержанием груза на голове(вес 150-200 г): 1. Удержать груз на голове, медленно присесть и встать. 2. То же с касанием пяток пальцами рук. 3. Стоя на одной ноге, поднять другую вперед и подтянуть к животу. 4.Ходьба боком рейке гимнастической скамейки. 5. Передвижение вправо и влево по рейке гимнастической скамейки.

Упражнения для мышц стопы: Ходьба на носках, высоко поднимая колени. 2. Ходьба на пятках (пальцы поднимать как можно выше). 3. Ходьба на наружных сторонах стоп (пальцы сжать, немного загребать носками). 4. Захватить пальцами правой ноги ручку скакалки, поднять ее и взять рукой; затем пальцами левой ноги взять ее из рук и положить на пол; то же выполнить в обратном порядке. 5. Сидя на скамейке, захватить сводами стоп какой-либо мелкий предмет (малый мяч, булаву и др.). 6. Сидя на скамейке, захватить сводами стоп обеих ног булаву, стоящую на полу, поднять и переставить влево; то же выполнить вправо.

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Техника передвижения. Бег обычный, бег приставным шагом. Бег по прямой и с изменением направления. Прыжки вверх, вверх-вперед, толчком одной и двумя ногами с места.

Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу (от игрока, навстречу ему, справа или слева). Выполнение ударов на точность после остановки, ведения и обманных движений.

Удары по мячу головойУдары серединой лба без прыжка с места и с разбега по летящему навстречу мячу.

Остановка мяча.Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча - на месте и в движении. Остановка бедром и грудью летящего навстречу мяча.

Ведение мяча. Ведение мяча носком (средней частью подъема), внутренней частью подъема. Ведение мяча по прямой, по кругу, по «восьмерке», а также между стоек.

Обманные движения (финты).Остановка мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом); имитация удара по мячу ногой с последующим уходом от соперника вправо или влево.

Отбор мяча. Отбор мяча выбиванием и выпадом у соперника, движущегося навстречу, слева и справа от игрока.

Вбрасывание мяча.Вбрасывание мяча с места положений ноги вместе и ноги врозь.

Вбрасывание мяча на точность: в ноги стоящему партнеру или ему на ход.

ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изучаемых технических приемов в игровой обстановке. Определение и понимание игровых ситуаций, целесообразных для ведения мяча, обводки соперника, передачи мяча партнеру.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение игроков в играх на малых площадках в ограниченных составах 3-3, 4-4. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия партнера и соперника, Выбор момента дли »открывания» с целью получения мяча. То же для «закрывания» соперника.

Групповые действия. Взаимодействие двух или трех партнеров в играх. Выполнение передач в ноги партнеру, на свободное место, на удар. Выполнение простейших комбинаций при начальном, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча из-за боковой линии.

Второй год обучения (НП – 2)

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

1. Техника безопасности на тренировках. Соблюдение правил безопасной работы на стадионе и в спортивном зале.

Физическая культура и спорт в России. Задачи физического воспитания, укрепления здоровья, всесторонне физическое развитие. Коллектив физической культуры - основное звено физкультурного движения.

2. Сведения о строении и функциях организма. Костная система и её развитие. Мышцы и их строение.

3. Влияние физических упражнении на организм занимающихся. Увеличение мышечной массы, работоспособность мышц и подвижность суставов.

4. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Гигиенические требования к местам проведения занятий. Гигиена одежды. Временные ограничения и противопоказания к занятиям футбола. Понятие о травмах, их причины и профилактика. Первая помощь при ушибах.

5. Правила игры в футбол. Состав команды. Продолжительность. Спорный мяч и аут. Штрафные и свободные удары. Жесты судьи.

6. Удары, остановки и ведение (финты) мяча.

7. Места занятий и инвентарь. Мяч. Уход за инвентарём

Физическая подготовка.

Строевые упражнения. Повороты на месте кругом. Ходьба противоходом. Ходьба по диагонали.

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения руками. Асимметричные движения руками. Общеразвивающие упражнения с футбольными мячами. Подтягивание прямого туловища из положения лежа на животе Гили спине") на гимнастической, скамейке, стоящей горизонтально, наклонно под углом 30-40 градусов Акробатические упражнения. Перекат назад из упора присев в упор на лопатках согнувшись. Кувырок вперед из упора в упор присев и последующий прыжок вверх со взмахом рук.

Упражнения для формирования осанки. Упражнения с удержанием груза на голове (вес150-200г). 1. Повороты кругом сначала медленно, а затем быстро. 2. Стойка на носках, ноги на одной линии. 3. Приседания в положении ноги скрестно. 4. Стоя, ноги скрестно, правая - перед левой;, повернуться влево кругом до положения левая нога перед правой; затем, поворачиваясь вправо, вернуться в и. п. То же выполнить в другую сторону. 5. Стоя, ноги скрестно, правая нога перед левой, приседая, повернуться влево кругом и сесть по-турецки. Вставая, повернуться вправо кругом и возвратиться в и. п. 6. Лазание по гимнастической стенке

вверх и вниз.

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Техника передвижения.Бег: по прямой, изменяя скорость и направления.Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега. «Челночный бег».

Удары по мячу ногой.Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу, направляя мяч в обратном направлении и в сторону. Выполнение ударов после остановки ведения и рывка, низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удары середины подъёма. Удары на точность: в ноги партнёру, ворота, цель, на ходу движущемуся партнёру.

Остановка мяча.Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча - на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и бедром, грудью летящего мяча - на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий. Имитация. Остановка слабо накачанного мяча после броска партнёра. С различной траекторией. Рывок навстречу. Перемещаясь. С поворотом.

Ведение мяча.

Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы; правой, левой ногой и поочерёдно, по прямой, меняя направление, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорение и рывки), не теряя контроль над мячом. Произвольное ведение мяча в группах (по шестеро и восемь человек) на ограниченном поле. Эстафеты с ведением мяча. Ведения мяча по кругу.

Обманные движения (финты):Подготовительные упражнения (перемещения). Обучение финтам: после замедленного бега или остановки - неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону);

ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Тактика нападения

Индивидуальные действия с мячом. Использование наиболее рациональных способов ударов по мячу, ведение мяча, остановок в зависимости от направления, траектории и скорости полета мяча и с места расположения соперников. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения) в зависимости от игровой ситуации.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение игроков на малых площадках в ограниченных составах - 3-3,4-4, 5-5, 6-6 -при атаке. Выполнение нападающими игровых функций. Выработка умения ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия партнера и соперника.

Групповые действия. Точное и своевременное выполнение передач в ноги партнеру, на свободное место, на удар, взаимодействие двух, трех партнеров при выполнении простейших комбинаций при начальном, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча.

Тактика защиты

Индивидуальные действия. Правильное расположение игроков на малых площадках в ограниченных составах при обороне. Выполнение защитникамиигровых функций. Выбор правильной по отношению к подопечному игроку нападающей команды и противодействие получению им мяча. Выполнение «закрывания» противника. Использование изучаемых приемов отбора мяча в игровой обстановке.

Групповые действия. Выбор наиболее рациональной позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр. Страховка партнера, вступающего в единоборство с соперником. Организация и построение «стенки». Комбинации с участием вратаря.

Тактика вратаряВыбор правильной позиции в воротах при ударах по воротам в зависимости от «угла удара». Розыгрыш удара от ворот, введение мяча в игру после ловли открывшемуся партнеру. Выбор правильной позиции при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Контрольно- переводные нормативы для групп начальной подготовки

№	Содержание требований	1 -й год обу-чения	2-й год обучения
1	Бег 30м с высокого старта (сек)	6	5,5
2	Прыжок с места (см)	130	140
3	Кросс без учета времени (м)	300	500
4	Удар по мячу на дальность (м)	24	28
5	Бег 30 м с ведением мяча (сек)	7	7
6	Жонглирование мячом ногами (количество ударов)	4	6
7	Комплексное упражнение: ведение мяча 10 м, обводка трех стоек на 12-метровом отрезке , с последующим ударом в цель с расстояния 6 м - из трех попыток (сек)	12	9,5

Восстановительные мероприятия

Повышение объема и интенсивности тренировочных нагрузок характерно для современного футбола. Быстрой адаптации спортсменов к воздействию высоких тренировочных и соревновательных нагрузок способствуют специальные восстановительные мероприятия.

Восстановительные мероприятия делятся на четыре группы средств: педагогические, психологические, гигиенические и медико-биологические.

На тренировочном этапе восстановление работоспособности происходит, главным образом, естественным путем - с чередованием тренировочных дней и дней отдыха; постепенным возрастанием объема и интенсивности тренировочных занятий; проведением занятий в игровой форме. Привлекаются гигиенические средства: душ, теплые ванны, водные процедуры закаливающего характера, прогулки на свежем воздухе. Вырабатываются навыки соблюдения режима дня и режима питания, проводится витаминизация.

На тренировочном этапе основными являются педагогические средства восстановления, т.е. рациональное построение тренировки и соответствие ее объема и интенсивности функциональному состоянию организма спортсмена: необходимо рассчитывать оптимальное соотношение нагрузок и отдыха, как в отдельном тренировочном занятии, так и на этапах годичного цикла. О правильном использовании педагогических средств можно говорить тогда, когда у спортсмена после серии занятий отмечается нарастание

тренированности и повышение работоспособности за счет выполнения нагрузки и накопления энергетических ресурсов.

В группах начальной подготовки психологическое восстановление достигается построением занятий в игровой форме, по схеме круговой тренировки, частой сменой разнообразных упражнений.

Медико-биологические средства восстановления: рациональное питание, витаминизацию, массаж и его разновидности, спортивные растирки.

Воспитательная работа

Очень важное значение имеет целенаправленная и систематическая воспитательная работа в спортивной школе, которая оказывает благотворное влияние и на спортивные достижения, и на дальнейший жизненный путь спортсменов.

Специфика воспитательной работы в спортивной школе состоит в том, что тренер может проводить ее во время тренировочных занятий, на тренировочных сборах, в спортивно-оздоровительных лагерях, где используется свободное время.

На протяжении многолетних занятий с детьми педагог решает задачу формирования личных качеств, которые включают: воспитание патриотизма, воспитание нравственных качеств (честность, доброжелательность, терпимость, коллективизм, дисциплинированность, самообладание) в сочетании с волевыми (настойчивость, смелость, упорство, терпеливость), воспитание трудолюбия, чувства прекрасного.

Значимой фигурой в воспитательном процессе является педагог, оказывающий огромное воспитательное воздействие на обучающихся своим личным примером.

Значительное место в воспитательной работе отводится соревнованиям, где особенно ярко проявляются личностные качества обучающегося. Необходимо фиксировать не только спортивные результаты обучающихся, но и отмечать недостатки морально-психологической подготовленности, настраивать их как на достижение определенных результатов, так и на проявление морально-волевых качеств.

Формы организации воспитательной работы:

- собрания, лекции и беседы с обучающимися;
- информации о спортивных событиях в стране, мире;
- встречи с интересными людьми, внетренировочная деятельность;
- родительские собрания;
- культурно-массовые мероприятия.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Тема	Форма проведения занятий	Форма подведения итогов

1.	Теоретическая подготовка	Беседа, лекция, дискуссия, экскурсия и т.п.	Опрос, тестирование
2.	Общая физическая подготовка	Учебно-тренировочные занятия	Сдача контрольно-переводных нормативов
3.	Специальная физическая подготовка	Учебно-тренировочные занятия	Сдача контрольно-переводных нормативов
4.	Технико-тактическая подготовка	Учебно-тренировочные занятия, просмотр видеоматериалов, видеозаписей игр, соревнований и т.п.	Выполнение нормативов технической подготовленности
5.	Контрольные игры и соревнования	Контрольная игра, соревнование	Результаты игр, первенств, товарищеских встреч и т.д.
6.	Контрольные испытания	Зачеты, соревнования	Тестирование
7.	Инструкторская и судейская практика	Учебная практика	Судейство учебно-тренировочных игр
8.	Восстановительные мероприятия	Спортивно-оздоровительный лагерь, туристические походы, экскурсии и т.д.	Тестирование психо-физиологического состояния
9.	Медицинское обследование	Наблюдение, осмотр	Тестирование

Учебно-методический комплекс.
Для занятий футболом необходим следующий инвентарь и оборудование:
ворота переносные - 4;
рама с подвесными мячами;
подвесные мешки;
щиты тренировочные - 4;
секундомер-1;
стойки для обводки - 8;
гимнастическая стенка - 10 пролётов;
гимнастическая скамейка - 6;
гимнастический трамплин - 1;
гимнастические маты - 8;
скакалки - 20;
мячи футбольные - 20;
насос ручной - 2;
рулетка - 1;
макет площадки с фишками - 2.

Кроме этого используются различные схемы и рисунки, плакаты, различные видеоматериалы, специальная литература, а также всевозможные технические средства и тренажёры.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев С.Н. Футбол в школе. Практический курс, М.: Астрель, 2005
2. Андреев С.Н. Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе., М. : Физкультура и спорт,2006
3. Годик М.А. Физическая подготовка футболистов, М.: Олимпия –пресс, 2006
4. Голомазов С.В., Чирва Б.Т. Футбол. Универсальная тактика атаки.,М.: Москва, 2006
5. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера, - М. : Физкультура и спорт,2004
6. Дубровский В.И., Дубровская Н.М. Практическое пособие по массажу, - М.: Шаг, 2006.
7. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. М.: Просвещение 2008
8. Козловский В.И. Подготовка футболистов, М.: Физкультура и спорт, 2007
9. Мокшинов М.Н. Искусство подготовки высококлассных футболистов, М.: 2006
10. Овсянников В.М. Повесть о настоящем «Арсенале», Тула: издательство «Лев Толстой»,2013
11. Романенко А.Н. Книга тренера по футболу, М.: 2008
12. Симаков В.И. Футбол. Простые комбинации». М.: «Фис». 2007
13. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Пособие для тренеров ДЮСШ, М. : 2004
14. Футбол. Программа и методические рекомендации для учебно-тренировочной работы в спортивных школах. Под общей редакцией Хомутовского В. С., М.: 2007
15. Хриндлер К.,Хеммо Х. Техническая и тактическая подготовка футболистов, «ФиС» 2006
16. Чирва Б.Г. Футбол. Методика совершенствования. Техника эпизодов игры.,М.: 2007
17. Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. Футбол. Азбука спорта., М.: Физкультура и спорт,2008

Электронные ресурсы

1. Министерство спорта Российской Федерации – https://www.minsport.gov.ru/
2. Олимпийский Комитет России – http://olympic.ru
3. Российский футбольный союз - http://rfs.ru
4. Газета "Спорт Экспресс" - http://www.sport-express.ru
5. Библиотека международной спортивной информации. http://bmsi.ru