

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор  
МАУДО г. Нижневартовска  
«СПОР «Самотлор»  
О.И. Евсин  
«08» Июль 2024 г.



**ПРОГРАММА ПО ФУТБОЛУ**  
(для спортивно-оздоровительного лагеря с дневным  
пребыванием детей)

**Направленность:**

Спортивно-оздоровительная

**Срок реализации программы:**

21 день

Нижневартовск  
2024г.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....</b>	<b>3</b>
<b>II. НОРМАТИВНАЯ ЧАСТЬ .....</b>	<b>3</b>
2.1. Цель и задачи программы .....	3
2.2. Учебно-тематический план .....	4
2.3. Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию .....	4
<b>III. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ .....</b>	<b>5</b>
3.1. Рекомендации по проведению учебно-тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований .....	5
3.2. Программный материал для проведения теоретических и практических занятий .....	10
<b>IV. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ .....</b>	<b>12</b>

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Лагерь – это сфера активного отдыха, разнообразная общественно значимая досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной, дидактической школьной деятельности. Лагерь дает возможность любому ребенку раскрыться. Лагерь с дневным пребыванием учащихся призван создать оптимальные условия для полноценного отдыха детей 6-17 лет (включительно). Летний лагерь является: с одной стороны, формой организации свободного времени детей разного возраста, уровня развития, с другой – пространством для оздоровления. Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребенку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья. «Здоровому - каждый день праздник», - гласит восточная мудрость. Считаем, что в основе игротеки летнего оздоровительного лагеря должны быть спортивные и подвижные игры.

**Футбол** - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта. Игровая и учебно-тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм учащихся. Футбол развивает основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышает функциональные возможности, формирует различные двигательные навыки. Занятия футболом способствует физической закалке, повышает сопротивляемость организма к заболеваниям и усиливают его адаптационные возможности. При этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни, достижению творческого долголетия.

По продолжительности программа является краткосрочной, т.е. реализуется в течение лагерной смены (21 день). Основной состав лагеря – это обучающиеся учреждения в возрасте 6-17 лет (включительно). При комплектовании отрядов особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, многодетных, неполных семей, из семей чернобыльцев, участников специальной военной операции, имеющих родителей пенсионеров, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в разновозрастных отрядах в среднем по 25-30 человек.

### **Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены:**

- Безусловная безопасность всех мероприятий.
- Учет особенностей каждой личности.
- Распределение эмоциональной и физической нагрузки в течение каждого дня.
- Четкое распределение обязанностей и времени между всеми участниками лагеря.
- Моделирование и создание ситуации успеха при общении разных категорий детей и взрослых.
- Ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.

## **II. НОРМАТИВНАЯ ЧАСТЬ**

### **2.1. Цель и основные задачи программы**

#### **Цель программы профильной смены:**

Создание системы в оздоровительном лагере для укрепления здоровья обучающихся.

Организация полноценного летнего отдыха детей и подростков, физическое оздоровление, снятие психологического переутомления, формирование у детей потребности в здоровом образе жизни.

#### **Основные задачи:**

- создание необходимых условий для укрепления здоровья детей;

- улучшение показателей физического развития;
- расширение знаний детей о здоровом образе жизни, правилах гигиены;
- расширение знаний в области спорта, истории и способов их применения.
- создание системы физического оздоровления детей в условиях временного коллектива;
- преодолеть разрыв между физическим и духовным развитием детей средством игры в футбол;
- формирование у школьников навыков общения и толерантности;
- приобщение ребят к командной игре.
- развитие и укрепление связей школы, семьи, учреждений дополнительного образования.

Спортивно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую и техническую подготовку.

Материал программы представлен в разделах, отражающих тот или иной вид подготовки футболистов: теоретическую, физическую, техническую, тактическую, инструкторская и судейская практика.

Основными формами работы являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- участие в физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика.

Объем учебно-тренировочной работы определяется из расчета 6 часов недельного режима работы для каждой отдельной группы на 21 день. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации Программы рассчитывается в астрономических часах с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки обучающихся и не может превышать 2 часа.

## 2.2. Учебно-тематический план

Виды подготовки	Общее количество часов	Теория	Практика
Общая физическая	10		10
Специально-физическая	7		7
Техническая	6	3	3
Тактическая	6	3	3
Инструкторская и судейская практика	6		6
Теоретическая	3	3	
Участие в соревнованиях	4		4
Общее количество часов	42	9	33

## 2.3. Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию

Условия реализации программы выдвигают требования к материально-технической базе и инфраструктуре организации условиями:

- наличие футбольной площадки;
- наличие игрового зала;
- наличие тренажерного зала;
- наличие раздевалок, душевых;

- мячи: резиновые, волейбольные, футбольные, набивные;
- обручи;
- скакалки;
- шахматы, дартс.

Оборудование:

- столы, стулья;
- мультимедийный проектор;
- экран;
- DУD.

### **III. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

#### **3.1. Рекомендации по проведению учебно-тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях учебно-тренировочных занятий и соревнований**

С учетом специфики вида спорта футбол определяются следующие особенности спортивно-оздоровительной работы:

- планирование учебно-тренировочных занятий (по объему и интенсивности учебно-тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляется в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития;

- в зависимости от условий и организации занятий, а также от условий проведения физкультурных мероприятий и соревнований подготовка осуществляется на основе обязательного соблюдения мер безопасности в целях сохранения здоровья.

Учебно-тренировочное занятие должно состоять из 3-х частей - подготовительной (или разминки), основной и заключительной. В подготовительной части решаются две задачи: разогревания и подведения к решению основной части занятия. Применяются различные виды гимнастических упражнений, общеразвивающие упражнения с постепенным увеличением количества мышечных групп. Затем выполняются упражнения, подводящие к выполнению задач основной части тренировки.

В основной части тренировки решаются задачи конкретного учебно-тренировочного занятия: обучение техническому действию, совершенствование технического действия или технико-тактических действий, воспитания физических качеств.

В заключительной части необходимо решать задачу восстановления обучающихся после выполненной им работы в основной части занятия.

Основные направления тренировки необходимы для создания предпосылок последующей успешной спортивной специализации. Здесь происходит отбор детей для дальнейших занятий футболом, поскольку именно в это время закладывается основа предпосылок овладения спортивным ремеслом. В любом виде спорта определенные правила по соблюдению техники безопасности. Вся ответственность по технике безопасности в условиях учебно-тренировочных занятий и соревнований возлагается на тренера-преподавателя.

#### **Инструкция требования безопасности при учебно-тренировочных занятиях**

Настоящая инструкция регламентирует требования безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий для обучающихся, которые обязаны соблюдать требования настоящей инструкции.

## 1. Общие требования безопасности

1.1. К учебно-тренировочным занятиям допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по требованиям безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий.

1.2. При посещении занятий, должны соблюдаться: расписание занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. Обучающиеся обязаны:

- посещать занятия регулярно;
- заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения тренера-преподавателя;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, использовать его по назначению.

1.4. Все обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношение спортивной одежды и обуви, правила личной гигиены.

1.5. При проведении занятий возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях;
- нарушение правил проведения игры;
- использования неисправного инвентаря;
- наличие посторонних предметов в спортивном зале или на спортивных площадках;
- падение на скользкой поверхности;
- недочеты и ошибки в методике проведения занятий (форсированная тренировка, плохая разминка и др.);
- недостаточная физическая подготовленность;
- несоблюдение сроков возобновления занятий после перенесенных травм или заболеваний;
- выполнение упражнений без разминки.

1.6. Учебно-тренировочные занятия должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.7. Длинные волосы должны быть собраны в причёску, ногти коротко подстрижены.

1.8. Спортивный зал должен регулярно проветриваться.

1.9. Запрещается приступать к учебно-тренировочным занятиям и соревнованиям лицам, не прошедшим врачебно-диспансерное обследование, не выполнившим назначенные лечебно-профилактические мероприятия и прибывшим на занятия без соответствующей медицинской документации (справка о допуске к занятиям), не получившим разрешение врача, после перенесенных травм и заболеваний, а также лицам, имеющим недостаточный уровень функционального состояния организма.

1.10. Обучающиеся обязаны сообщить тренеру-преподавателю обо всех противопоказаниях здоровья, препятствующих проведению спортивных занятий и пользованию иными услугами спортивного комплекса.

1.11. Обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности.

1.12. Запрещается курить в здании и на территории спортивного комплекса.

1.13. Запрещается самовольно покидать место проведения учебно-тренировочных занятий, спортивно-массовых мероприятий или соревнований.

1.14. Запрещается висеть, сидеть на скачках, сетках и ограждениях.

## 2. Требования безопасности перед началом учебно-тренировочных занятий

2.1. Перед началом учебно-тренировочных занятий, обучающиеся обязаны:

- надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой;

- снять с себя предметы, представляющие опасность (часы, браслеты, висячие сережки и т. д.);
- убрать из карманов спортивной формы все посторонние предметы, которые могут стать причиной травмирования;
- под руководством тренера-преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для занятия, положить мячи на стеллажи или в другое место, специально отведенное для этой цели, чтобы они не раскатывались по залу, и их легко можно было взять для выполнения упражнений;
- убрать в безопасное место инвентарь и оборудование, которые не будут использоваться во время занятий;
- убедиться в надежности установки и крепления спортивного оборудования;
- проверить состояние полового покрытия и убедиться в отсутствии посторонних предметов на полу или спортивной площадке;
- по команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

### 3. Требования безопасности во время учебно-тренировочных занятий

3.1. Во время учебно-тренировочных занятий обучающиеся обязаны:

- поддерживать дисциплину и порядок;
- соблюдать правила проведения подвижной игры, выполнять все команды (сигналы), подаваемые тренером;
- начинать занятие, брать спортивный инвентарь, делать остановки и заканчивать занятие только по команде (сигналу) тренера-преподавателя;
- избегать столкновений с другими игроками;
- избегать толчков и ударов;
- держаться на безопасном расстоянии от других обучающихся;
- соблюдать интервал и дистанцию;
- перемещаясь спиной, смотреть через плечо;
- исключать резкое изменение своего движения, если этого не требуют условия игры;
- быть внимательным при перемещении по залу во время выполнения упражнений другими обучающимися;
- при выполнении упражнения потоком (один за другим) соблюдать интервал и дистанцию, по окончании выполнения упражнений потоком вернуться на свое место для повторного выполнения задания;
- соблюдать очерёдность в группе при выполнении заданий;
- перед выполнением упражнений по метанию убедиться, в отсутствии людей в секторе метания.

3.2. В случае падения необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.3. При выполнении прыжков, столкновениях и падениях обучающийся должен уметь применять приёмы самостраховки.

3.4. Во время занятий запрещается:

- толкаться, ставить подножки;
- пользоваться неисправным спортивным инвентарем и оборудованием;
- использовать спортивный инвентарь не по назначению;
- отвлекаться и отвлекать других;
- употреблять пищу и жевать жевательную резинку;
- носить предметы, которые могут стать причиной травмирования;
- приступать к занятиям без разминки.
- переходить места, на которых проводится бег или прыжки.

#### 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При обнаружении неисправности спортивного оборудования или инвентаря, необходимо прекратить учебно-тренировочное занятие и сообщить об этом тренеру-преподавателю. Занятие продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования (инвентаря).

4.2. При плохом самочувствии немедленно прекратить заниматься и сообщить тренеру-преподавателю.

4.3. О каждом несчастном случае, очевидцем которого он стал обучающийся должен немедленно сообщить тренеру-преподавателю.

4.4. Если несчастный случай произошел с самим обучающимся, он должен по возможности сообщить о случившемся тренеру-преподавателю или попросить сделать это кого-либо из окружающих, обратиться в медицинский пункт.

4.5. При возникновении пожара немедленно прекратить занятие сообщить тренеру-преподавателю или администрации учреждения и действовать согласно их указаниям.

4.6. В случае возникновения нестандартных ситуаций непредусмотренных настоящей инструкцией, необходимо прекратить занятие и обратиться за разъяснениями о дальнейших действиях к тренеру-преподавателю.

#### 5. Требования безопасности по окончании учебно-тренировочных занятий

5.1. По окончании занятий обучающиеся должны:

- убрать в отведенное место спортивный инвентарь.
- снять спортивную одежду и спортивную обувь, вымыть лицо и руки, принять душ.

#### **Инструкция требований безопасности при участии в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях**

Настоящая инструкция регламентирует требования безопасности для всех участников физкультурных мероприятий и спортивных соревнований, которые должны соблюдать требования данной инструкции.

За невыполнение требований настоящей инструкции, лица, допустившие нарушение могут быть привлечены к дисциплинарной, административной, материальной ответственности в соответствии с законодательством Российской Федерации.

##### 1. Общие требования безопасности

1.1. К физкультурным мероприятиям и спортивным соревнованиям допускаются лица, имеющие медицинский допуск и прошедшие целевой инструктаж по требованиям безопасности при участии в спортивно-массовых мероприятиях и спортивных соревнованиях.

1.2. Во время физкультурных мероприятий и спортивных соревнований все участники должны быть в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой, соответствующей виду спорта, сезону и погоде.

1.3. В процессе проведения физкультурных мероприятий, спортивных соревнований участники обязаны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношение спортивной одежды и обуви, правила личной гигиены.

1.4. Во время физкультурных мероприятий, спортивных соревнований возможно воздействие следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях;
- нарушение правил проведения игры;
- использование неисправного инвентаря;



- наличие посторонних предметов на спортивных площадках;
- падение на скользком полу или площадке;
- недочеты и ошибки в методике проведения занятий (форсированная тренировка, плохая разминка и др.);
- недостаточная физическая подготовленность;
- несоблюдение сроков возобновления занятий после перенесенных травм или заболеваний;
- выполнение упражнений без разминки.

1.5. Запрещается допуск к физкультурным мероприятиям и соревнованиям обучающихся, не прошедших врачебно-диспансерное обследование, не выполнивших назначенные лечебно-профилактические мероприятия и прибывших на соревнование без соответствующей медицинской документации, не получивших разрешение врача, после перенесенных травм и заболеваний, а также лиц имеющих недостаточный уровень функционального состояния организма.

1.6. Каждый участник обязан сообщить тренеру-преподавателю и главному судье обо всех противопоказаниях здоровья, препятствующих участию в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях.

1.7. Все участники физкультурных мероприятий и соревнований обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.8. Запрещается курить в здании и на территории спортивного комплекса.

## 2. Требования безопасности перед началом физкультурных мероприятий, спортивных соревнований.

Перед началом физкультурных мероприятий, спортивных соревнований участники обязаны:

- 2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую виду спорта, сезону и погоде.
- 2.2. Проверить надежность установки и крепления спортивного оборудования.
- 2.3. Заходить в спортивный зал или на игровую площадку после тренера-преподавателя по его команде (сигналу).
- 2.4. Проверить состояние полового покрытия и убедиться в отсутствии посторонних предметов на игровом поле.

## 3. Требования безопасности во время физкультурных мероприятий, спортивных соревнований

Во время физкультурных мероприятий и спортивных соревнований все участники обязаны:

- 3.1. Поддерживать дисциплину и порядок.
- 3.2. Не нарушать правила проведения физкультурных мероприятий, спортивных соревнований, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые организатором спортивных соревнований, судьей.
- 3.3. Начинать игру, делать остановки и заканчивать игру только по команде (сигналу) организатора физкультурного мероприятия, главного судьи соревнований.
- 3.4. Строго выполнять правила проведения игры.
- 3.5. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.
- 3.6. Держаться на безопасном расстоянии от других игроков, выдерживать достаточный интервал в группе при выполнении ударов или совместной игре, строго соблюдать очерёдность в группе при выполнении заданий.
- 3.7. Не переходить места, на которых проводится бег или прыжки.

- 3.8. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
- 3.9. При выполнении прыжков, столкновениях и падениях игрок должен уметь применять приёмы само страховки.
- 3.10. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) главного судьи.
- 3.11. Не отвлекаться и не отвлекать других игроков.
- 3.12. Брать мячи, инвентарь, начинать, делать остановки в игре и заканчивать её только по команде (сигналу) главного судьи.
- 3.13. Запрещается приступать к игре без разминки.
- 3.14. Запрещается висеть, сидеть на щитах, сетке, ограждениях на спортивных площадках, с силой ударять покрытие спортивных площадок.
- 3.15. Запрещается самовольно покидать место проведения физкультурных мероприятий, спортивных соревнований.

#### 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- 4.1. При обнаружении неисправности спортивного оборудования или инвентаря, необходимо прекратить игру и сообщить об этом тренеру-преподавателю либо главному судье, организатору физкультурных мероприятий. Игру продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования (инвентаря).
- 4.2. При плохом самочувствии немедленно прекратить игру и сообщить тренеру-преподавателю либо главному судье, организатору физкультурного мероприятия.
- 4.3. О каждом несчастном случае, очевидцем которого он стал участник физкультурных мероприятий, спортивных соревнований должен немедленно сообщить главному судье или тренеру-преподавателю.
- 4.4. Если несчастный случай произошел с самим участником физкультурных мероприятий, спортивных соревнований, он должен по возможности сообщить о случившемся тренеру-преподавателю, либо главному судье, организатору физкультурных мероприятий или попросить сделать это кого-либо из окружающих.
- 4.5. При возникновении пожара немедленно прекратить игру сообщить тренеру-преподавателю либо главному судье или администрации учреждения и действовать согласно их указаниям.
- 4.6. В случае возникновения нестандартных ситуаций непредусмотренных настоящей инструкцией, необходимо прекратить игру и обратиться за разъяснениями о дальнейших действиях к тренеру-преподавателю, либо главному судье, организатору физкультурного мероприятия.

#### 5. Требования безопасности по окончании физкультурного мероприятия, спортивного соревнования

- 5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь.
- 5.2. Снять спортивную одежду и спортивную обувь, вымыть лицо и руки с мылом, принять душ.

### **3.2. Программный материал для проведения теоретических и практических занятий**

#### **3.2.1. Теоретическая подготовка**

- Развитие футбола в России и за рубежом
- Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим питания
- Самоконтроль, оказание первой помощи
- Общая и специальная физическая подготовка
- Основы техники и тактики игры в футбол

- Правила игры. Организация проведения соревнований

### **3.2.2. Общая и специальная физическая подготовка**

- Общеразвивающие упражнения без предметов
- Упражнения с предметами
- Акробатические упражнения
- Подвижные игры и эстафеты
- Легкоатлетические упражнения
- Гимнастические упражнения
- Спортивные игры
- Плавание

#### **Специальная физическая подготовка**

- Упражнения для воспитания быстроты и силы
- Упражнения для воспитания ловкости и гибкости
- Упражнения для воспитания выносливости
- Упражнения для формирования у футболистов правильных движений, выполняемых без мяча.

### **3.2.3. Техническая подготовка**

- Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой
- Остановка мяча
- Ведение мяча
- Ложные движения / финты /
- Отбор мяча
- Вбрасывание мяча
- Техника игры вратаря.

### **3.2.4. Тактическая подготовка**

- Тактика игры в нападении
- Тактика игры в защите
- Тактика игры вратаря
- Учебные, товарищеские игры.

## **3.3. Воспитательная работа**

Цель воспитательной работы – формирование личности обучающегося как гражданина, преданного своему любимому виду спорта. Она проводится повседневно на учебно-тренировочных занятиях, соревнованиях и в свободное от занятий время.

*В качестве средств и форм* воспитательного воздействия используют учебно-тренировочные занятия, беседы, встречи с интересными людьми, культпоходы, конкурсы, субботники, наставничество опытных спортсменов.

*Методами воспитания* служат убеждение, упражнения, поощрение, личный пример, требование, наказание.

В решении задач гуманитарно-духовного воспитания используются преимущественно методы *убеждения* и личного примера.

Патриотическое воспитание ведется на основе изучения материалов о Великой Отечественной войне, встреч с воинами-ветеранами, посещения памятников боевой славы.

Наиболее важным в формировании футболистов является воспитание трудолюбия, добросовестного отношения к учебно-тренировочной и соревновательной деятельности, а также к общественно-полезному труду. В решении задач воспитательной работы важное место занимает самовоспитание юного футболиста. Особенно важное значение имеет самовоспитание морально-волевых и нравственных качеств.

Большое значение в воспитании имеет личный пример тренера-преподавателя. Силы личного примера определяются тем, насколько последовательно он демонстрирует верность принципам и нормам морали, нравственную чистоту и действенность воли. Весьма важные черты личности и поведения тренера-преподавателя - скромность и простота, требовательность и чуткость, уравновешенность и жизнеутверждающий оптимизм.

Эффективность воспитательной работы во многом определяется проведением воспитательных мероприятий:

- просмотр соревнований и их обсуждение;
- встречи со знаменитыми людьми;
- тематические диспуты и беседы;
- трудовые сборы и субботники;
- оформление стендов.

#### **IV. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ**

1. Антипов, А.В. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие / А.В. Антипов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьков. – М.: Советский спорт, 2008. – 152 с.
2. Андреев, С.Н. Футбол - твоя игра: Кн.для учащихся сред. и ст. классов. / С.Н. Андреев. - Москва: Академия, 2009. - 144 с.
3. Ахмеров, Э.К. Футбол для начинающих: учебное пособие / Э.К.Ахмеров. - Минск: Полымя, 2010. - 78 с.
4. Бобкова, Е.Н. Возрастная динамика скоростных способностей мальчиков 7-15 лет с учетом гармоничности их физического развития. / Е.Н. Бобкова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2012. - № 4. - С. 41.
5. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых. / пер. с итал. / Хорст Вайн. - Москва: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2013. - 244с.
6. Голомазов, С.В. Теория и методика футбола. Техника игры / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - Москва: СпортАкадемПресс, 2007. - 472 с.
12. Годик, М.А. Физическая подготовка футболистов / М.А. Годик. – М.: Тера-Спорт, Олимпия Пресс, 2006. -272 с.
13. Зиновьев, В.А. Особенности педагогической деятельности детского тренера-педагога по футболу. / В. А. Зиновьев. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - № 2. - С. 37-41
14. Мухина, В.С. Возрастная психология / В.С. Мухина. - Москва: Академия, 2012. - 294.
15. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать/ Н.Г.Озолин. - Москва: ООО "Издательство Астрель", 2011.- 864 с.

#### **Интернет-ресурсы**

- Официальный сайт Российского футбольного союза. URL: <http://www.rfs.ru/>
- Официальный интернет-сайт Министерства спорта Российской Федерации [электронный ресурс] (<http://www.minsport.gov.ru/>).