

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Москвы « Школа №97»

121357 г. Москва ул.Кременчугская д.46,
тел.(499) 445-06-64, факс: 8(499)445-06-64, e-mail: 97@edu.mos.ru<http://sch97z.mskobr.ru>
ОКПО 13177734, ОГРН 1127747084519, ИНН 7731435497, КПП 773101001

«Утверждаю»
Директор Мальчевская И.В.



Программа
дополнительного образования
по мини-футболу

Составил: Умаров С.Б.

Москва 2017

Содержание программы

- Пояснительная записка
- Цель и задачи программы
- Учебно-тематическое планирование
- Календарно-тематический план
- Материально-техническое обеспечение программы
- Предполагаемые результаты, формы, методы, критерии их оценки
- Условия реализации программы
- Список литературы

Пояснительная записка

Рабочая программа по мини-футболу предназначена для работы с детьми дошкольного возраста. Рассчитана программа на обучения детей в возрасте от 4 до 7 лет (младшая, старшая,). Обучение реализуется в режиме занятий. Продолжительность занятий для детей от 4-5 лет 90 мин. в неделю (2 занятия по 45 минут), для детей от 5-7 лет 90 минут в неделю (2 занятия по 45 минут) Футбол – один из самых популярных и массовых коллективных игр. Учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Работа кружка предусматривает содействие гармоничному развитию детского организма, укреплению здоровья, привитие интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями Достоинства занятий по футболу известны как средства воздействия на психическое и физическое состояние ребенка. Такие занятия воздействуют на сердечно-сосудистую, нервно-мышечную, эндокринную системы организма.

Цель занятий спортивными играми в ДОУ – ознакомление детей с определённым видом игры и основами её техники.

Задача обучения игре в футбол детей дошкольного возраста заключается в том, чтобы, учитывая индивидуальные возрастные особенности ребёнка, целенаправленно развивать и совершенствовать качества и способности в ходе выполнения заданий, требующих посильных физических и психических усилий.

Отличительная особенность обучения игре в футбол в дошкольном учреждении – это её эмоциональная направленность. Ведь положительный эмоциональный тонус является важнейшей предпосылкой здоровья, предупреждает развитие различных заболеваний, а также поддерживает у детей интерес к физической культуре. Разнообразие игровых упражнений, подвижных игр увлекает детей настолько, что они иногда забывают о времени. Познав радость и удовольствие от предложенной им деятельности, дошкольники уходят с занятия с желанием продолжить его как можно скорее. Так формируется осознанный интерес и мотивация к занятиям не только футболом, но и физкультурой в целом.

В основу методики обучения игре в футбол, равно как и другим спортивным играм, положена игровая форма проведения занятий. В содержании занятий

эффективно сочетаются игровые упражнения и эстафеты, подвижные игры и спортивные упражнения.

Содержание занятий объединяет в себе ряд дидактических принципов, среди которых принципы доступности и индивидуального подхода играют значительную роль, так как спортивные игры являются достаточно сложными для освоения дошкольниками. Индивидуальный подход достигается при подборе методов обучения и воспитания в зависимости от уровня усвоения учебного материала каждым ребёнком, а также при учёте реакции его организма на данную ему физическую нагрузку. Обучение технике проводится постепенно, путём усложнения условий и выполнения движений.

Данная программа разработана на основе типовой программы по футболу для спортивных школ. Приоритетами программы являются: демократизация учебно-воспитательного процесса; формирование здорового образа жизни; саморазвитие личности; создание условий для педагогического творчества; поиск, поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта.

Цель и задачи

Цель программы: приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

- Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков.
- Овладение воспитанниками спортивной техникой и тактикой футбола.
- Воспитание высоких моральных и волевых качеств; развитие специальных физических качеств личности.
- Приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.
- Формирование потребности ведения здорового образа жизни.
- Проведение профориентации.

Основные образовательные технологии

В ходе изучения дисциплины используются традиционные (практические, самостоятельная работа) и активные (технология обучения в сотрудничестве) формы проведения занятий.

План занятий по футболу:

- 1. **Подготовительная часть** (разминка).
- разогревание организма.
- 2. **Основная часть** (упражнения в исходном положении стоя).
- последовательная «проработка» мышц шеи, рук, рук туловища, ног.
- 3. **Заключительная.**

- восстановление, упражнения на гибкость и расслабление.

Структура комплекса и направленность каждой из его частей:

Подготовительная часть, или разминка, обеспечивает разогревание организма, подготовку его к основной физической нагрузке. Вводную часть составляют упражнения, непосредственно воздействующие на весь организм ребёнка. Это движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки, упражнения на коррекцию свода стопы, общеразвивающие упражнения.

В начале основной части следует серия упражнений различного характера: поднятие рук вверх, в стороны, упражнения для мышц шеи. Следующая серия упражнений – нагрузочная. Здесь предлагаются упражнения интенсивного характера: различные наклоны, раскачивания туловища, выпады, приседания. Подбираются они с таким расчётом, чтобы равномерно «нагрузить» все части тела. Эта серия упражнений проходит в быстром темпе.

Заканчивается основная часть состоит из беговой серией упражнений. Она проходит в интенсивном темпе, одно упражнение быстро сменяется другим. Здесь не предусмотрено, какие виды прыжков вы будете делать. Главное – добиться высокой интенсивности в этой части комплекса. Затем предусмотрены 1-2 дыхательных упражнений, позволяющих немного отдохнуть и восстановить свои силы.

Затем следует партерная серия из исходных положений лёжа и сидя. Эта группа упражнений предназначена для развития гибкости позвоночника, укрепления мышц спины и брюшного пресса, мышц ног. Все упражнения рекомендуется выполнять в умеренном темпе, так как они требуют наибольшей затраты энергии. Заканчивается комплекс упражнениями на дыхание, расслабление, гибкость, выполняемыми в медленном темпе. Упражнения на гибкость очень эффективны в конце комплекса, так как хорошо разогретые мышцы наиболее эластичны.

Завершается комплекс упражнениями на расслабление. Цель которых – обеспечить максимальный отдых детей в короткий промежуток времени. Это могут быть упражнения из исходных положений стоя, сидя, лёжа. Они способствуют быстрому восстановлению организма и подготовке его к дальнейшей деятельности.

Основные показатели развития детей по итогам программы по мини-футболу

- Повышение физической выносливости.
- Улучшение осанки, гибкости суставов.
- Совершенствование чувства ритма, музыкальности, двигательной культуры.

- Развитие чувства самостраховки.

СОДЕРЖАНИЕ

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

- значение занятий физкультурой и спортом в жизни человека;
- влияние физических упражнений на организм человека, тренировка как процесс совершенствования функций организма;
- гигиена, врачебный контроль и самоконтроль, режим дня и питания, профилактика травматизма;
- техника безопасности на занятиях и оказание первой медицинской помощи;
- основы и методы техники и тактики игры в футбол,
- правила игры, организация соревнований;
- оборудование и инвентарь, роль специального оборудования в повышении эффективности тренировочного процесса;
- установка на игры и их разбор, индивидуальные и командные действия в процессе соревнований и контрольных игр.

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

- комплексные занятия с набором упражнений для развития физических качеств (выносливость, настойчивость, воля, быстрота, сила, ловкость и т.д.), необходимых для успешной игры в футбол;
- развитие физических качеств с применением различных предметов: набивные мячи, скакалка, футбольные мячи, тренажеры и т.д.;
- легкоатлетические упражнения: эстафеты, челночный бег, бег 15, 30 метров, прыжки в высоту и длину с места;
- гимнастические и акробатические упражнения:
- упражнения для развития подвижности в суставах, упражнения развивающие вестибулярную устойчивость и т.д.;
- подвижные спортивные игры: «салки», «попрыгунчики», «пустое место», баскетбол без ведения, «регби», «ручной мяч» и т.д.;
- сдача нормативов по физической подготовке.

ОСНОВЫ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ

Техника передвижения

Бег: по прямой, изменяя скорость и направление, приставным и скрестным шагом (вправо и влево).

Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановка во время бега: выпадам и прыжками (на обе ноги).

Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу; направляя мяч в обратном направлении и в стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и

верхом. На короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары носком, пяткой (назад). Удары на точность :в ноги партнеру, ворота, в цель, на ходу двигающему партнеру. Удары на дальность.

Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полета и различное направление полета. Удары в единоборстве.

Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперед и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней и внешней стороной стопы на месте, в движении вперед и назад, поворотом в сторону, опуская мяч в ноги для последующих действий. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей.

Ведение мяча. Ведение внешней и внутренней стороной стопы: левой и поочередно; по прямой, меняя направления, между соек и движущихся партнеров; изменяя скорость(выполняя ускорения и рывки),не теряя контроль над мячом. Ведение серединой подъема и носком. Ведения мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения, с обводкой движущихся и противоборствующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Обманные движения (Финты) Обучение финтам: после замедления бега или остановки - неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону); во время ведения внезапная отдача мяча назад, откатывая его подошвой партнеру находящемуся сзади;

Показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и наклонив туловище влево , захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо , этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад,

– неожиданным рывком вперед уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно за спиной, а самому без мяча уйти вперед , увлекая соперника «скрещивание». Выполнение обманных движений в единоборстве.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом , - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде .

Обучение умению выбрать момент для отбора мяча , выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом , на определенные действия с мячом. Обор в подкате –выбивая и останавливая мяч ногой.

Тактика игры в футбол

Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнения заданий по сигналу, во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой, во время ведения мяча – повернуться кругом и

продолжить ведение или сделать рывок на 5 м. Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3-4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнулись), 8-6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касания два мяча (надо следить одновременно, за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнёру).

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения.

Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействия двух или более игроков. Умение точно и своевременно выполнять передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе). Уметь взаимодействовать с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах «стенка», «скрещивание». Комбинация «пропуск мяча». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять основные обязанности в атаке на своем игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять (закрывание). Выбор момента и способ действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом. Противодействие маневрированию, т.е. осуществлять (закрывание) и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в (перехвате) мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций. Уметь взаимодействовать в обороне при равном соотношении сил и численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций.

Аттестация. Проводится согласно календарному плану.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Формы обучения: 1. Занятия.

2. Подвижные игры

Методы обучения: 1. Рассказ и показ руководителя.

2. Упражнения:

Обще развивающие упражнения:

- упражнения в беге;
- прыжковые упражнения;
- упражнение для мышц рук;
- упражнение для мышц туловища;
- упражнения для мышц ног.

Подводящие упражнения:

- имитационные упражнения без мяча;
- игра с мячом у стенки: удар с наброса мяча, прием и передачи мяча после отскока от пола;

Специальные упражнения;

Игровой метод.

Двусторонняя игра, один против другого или в парах.

Соревновательный метод.

Внутригрупповые соревнования и т.д

Дети выполняют упражнения друг за другом в указанном интервале.

Интервальный метод:

Смена выполнения упражнений по времени.

Круговой метод.

Применяется в начальной стадии обучения и в подготовительной части занятия.

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ, ФОРМЫ, МЕТОДЫ, КРИТЕРИИ ИХ ОЦЕНКИ

В результате ознакомления и совершенствования элементов спортивной игры «Футбол» воспитанники должны уметь использовать приобретенные знания, умения и навыки в практической деятельности и повседневной жизни:

- проявлять умения и навыки, личностную индивидуальность при выполнении физических упражнений;
- иметь навыки самостоятельной работы;
- использовать различные источники информации для получения сведений в избранном виде спорта.

При реализации программы создаются оптимальные условия для формирования и развития личности ребенка. Обучение строится таким образом, что воспитанники, усваивая простые знания, умения и навыки, сначала выполняют несложные упражнения, которые усложняются с каждым

последующим заданием. Такая постановка учебно-воспитательного процесса формирует психологическую подготовку к труду.

Тематическое планирование младшая группа

№	Изучаемый материал	Кол-во часов
1	Развитие координации движений. Ведение мяча.	1
2	Обучение технике бега. Ведение мяча.	1
3	Развитие ловкости. Ведение мяча и удар.	2
4	Развитие чувства равновесия. Ведение мяча средней частью подъема.	2
5	Развитие быстроты. Обучение удару по мячу.	2
6	Аттестация: ведение мяча, удар и быстрота.	1
7	Развитие быстроты. Обучение удару средней частью подъема.	2
8	Развитие частоты движений. Обучение ведению мяча и удару.	2
9	Гибкость. Игровая деятельность.	2
10	Соревновательная деятельность.	2
11	Аттестация: удар средней частью подъёма и быстрота.	1
12	Развитие координации движений. Ведение мяча.	2
13	Обучение технике бега. Ведение мяча.	2
14	Развитие ловкости. Ведение мяча.	2
15	Развитие чувства равновесия. Ведение мяча средней частью подъема.	1
16	Аттестация: Ведение мяча и равновесие.	2
17	Развитие чувства равновесия. Ведение мяча средней частью подъема.	1
18	Развитие быстроты. Обучение удару по мячу.	2
19	Развитие быстроты. Обучение удару средней частью подъема.	2
20	Развитие частоты движения. Обучение ведению и удару мяча.	2
21	Игровая деятельность. Гибкость.	2
22	Соревновательная деятельность.	2
23	Развитие координации движений. Ведение мяча. Гибкость.	2
24	Обучение технике бега. Ведение мяча. Гибкость	1
25	Аттестация: Ведение мяча и гибкость.	1
26	Обучение технике бега. Ведение мяча. Гибкость	1
27	Развитие ловкости. Ведение мяча внутренней частью подъема. Гибкость.	2
28	Развитие чувства равновесия. Ведение мяча средней частью	2

	подъема. Гибкость.	
29	Развитие быстроты. Обучение удару по мячу. Гибкость	2
30	Развитие быстроты. Обучение удара средней частью подъема. Гибкость.	1
31	Аттестация: Ведение мяча внутренней и средней частью подъема.	1
32	Развитие быстроты. Обучение удара средней частью подъема. Гибкость.	1
33	Развитие частоты движений. Обучение ведению мяча и удару.	2
34	Гибкость. Игровая деятельность.	2
35	Гибкость. Соревновательная деятельность.	2
36	Аттестация: Ведение	1
37	Развитие координации движения. Ведение мяча.	2
38	Обучение технике бега. Ведение мяча.	2
39	Развитие ловкости. Ведение мяча внутренней частью подъема.	2
40	Развитие чувства равновесия. Ведение мяча средней частью подъема.	2
41	Аттестация. Ведение мяча внутренней и средней частью подъема.	1
Всего		67

Тематическое планирование средняя группа

№	Изучаемый материал	Кол-во часов
1	Развитие координации движения. Обучение использованию внутренней части подъема обеих ног при ведении и дриблинге.	2
2	Обучение технике бега. Обучение использованию средней части подъема обеих ног при ведении и дриблинге.	2
3	Развитие ловкости. Обучение использованию внешней части подъема обеих ног при ведении и дриблинге.	2
4	Развитие гибкости. Обучение использованию обеих ног при ведении и дриблинге.	2
5	Аттестация. Ведение мяча внутренней, средней и внешней частью подъема.	1
6	Развитие быстроты. Обучение удару по мячу внутренней стороной стопы.	2
7	Развитие техники бега. Обучение удару по мячу средней частью подъема.	2
8	Развитие быстроты. Обучение приёму и передачи мяча.	2
9	Развитие гибкости. Формирование навыка игровой деятельности.	1
10	Развитие гибкости. Развитие навыка игровой деятельности.	1

11	Аттестация. Удары внутренней и средней частью подъёма.	1
12	Частота движений. Соревновательная деятельность.	2
13	Развитие координации движений. Обучение использованию внутренней частью подъема обоих ног при ведение и дриблинге.	2
14	Обучение технике бега. Обучение использованию средней части подъема обоих ног при ведение и дриблинге.	2
15	Развитие координации движений. Обучение использованию внешней части подъема обоих ног при ведение и дриблинге.	1
16	Аттестация. Ведение мяча внутренней, средней и внешней частью подъема.	1
17	Развитие координации движений. Обучение использованию внешней части подъема обоих ног при ведение и дриблинге.	1
18	Развитие гибкости. Обучение использованию обеих ног при ведение и дриблинге.	2
19	Развитие быстроты. Обучение удару по мячу внутренней стороной стопы.	2
20	Развитие технике бега. Обучение удару по мячу средней частью подъема.	1
21	Аттестация. Удар	1
22	Развитие технике бега. Обучение удару по мячу средней частью подъема.	1
23	Развитие быстроты. Обучение приёму и передачи мяча.	2
24	Развитие гибкости. Игровая деятельность.	2
25	Частота движений. Соревновательная деятельность.	2
26	Аттестация. Передача мяча.	1
27	Развитие координации движения. Обучение использованию внутренней части подъема обоих ног при ведение и дриблинге.	2
28	Обучение технике бега. Обучение использованию средней части подъема обоих ног при ведение и дриблинге.	2
29	Развитие ловкости. Обучение использованию внешней части подъема обоих ног при ведение и дриблинге	2
30	Развитие гибкости. Обучение использованию обеих ног при ведение и дриблинге.	2
31	Аттестация. Соревновательная и игровая деятельность.	1
32	Развитие быстроты. Обучение удару по мячу внутренней стороной стопы.	2
33	Развитие технике бега. Обучение удару по мячу средней частью подъема.	2
34	Развитие быстроты. Обучение приёму и передачи мяча.	2
35	Развитие гибкости. Игровая деятельность.	1
36	Аттестация. Удар по мячу и пас.	1
37	Развитие гибкости. Игровая деятельность.	1
38	Частота движений. Соревновательная деятельность.	2
39	Развитие быстроты. Обучение удару средней частью	2

	подъема.	
40	Развитие частоты движений. Обучение ведению мяча и удару.	2
41	Аттестация. Соревновательная деятельность	1
Всего		67

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Количество инвентаря и оборудования необходимое для проведения кружка по мини-футболу

№ пп	инвентарь	Количество шт.	Срок использования	Примечание (наличие инвентаря)
1.	Мяч для футзала	10	2 года	+
2.	Обручи	10	5 лет	+
3.	Секундомер электронный	1	5 лет	+
4.	Фишки	40	2 года	+
5.	Насос и иглы	1 комплект	3 года	+
6.	Конусы	24	5 лет	+
7.	Манишки	10	5 лет	+
8.	Футбольные ворота	2	5 лет	+

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Веревкин М.П. Мини-футбол на уроке физической культуры.- М.:Физкультура и спорт, 2006г.-192с
- Голомазов С.В., Б.Г. Чирва Футбол. Теоретические основы тренировки ловли и отражения мячей вратарям.- М.:Физкультура и спорт, 2006г.- 158с
- Голомазов С.В., Б.Г. Чирва Футбол. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства.- М.:Физкультура и спорт, 2005г.-139с
- Голомазов С.В., Б.Г. Чирва Футбол. Универсальная техника атаки. М.:Физкультура и спорт, 2004г.-209с
- Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действия с мячом. М.:Физкультура и спорт, 2006г.-162с
- Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Методика тренировки. Техники реализации стандартных положений.- М.:Физкультура и спорт, 2007г.- 142с
- Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Методика тренировки техники игры головой.- М.:Физкультура и спорт, 2008г.-125с
- Перепекин В.Н. Восстановление работоспособности футболистов. М.: ООО «Изд-во АСТ» : «Изд-во Астрель»,2003.- 526 с.
- Селуянов В.Н., Сарсания С.К., Сарсания К.С. Физическая подготовка футболистов.- Минск: Высшей. Школа, .2005г.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Беляева Н.Т., Юровский С.Ю., Дневник самоконтроля. М.: 1994.
- Жан-Люк Чесно, ЖирарДюре. Футбол. Обучение базовой технике М, «Академия», 2006г.
- Железняк Ю.Д. Спортивные игры.- Москва, «Академия», 2002г.
- Люкшинов Н.М. Искусство подготовки высококлассных футболистов.-М.: Просвещение 2005г.