

Министерство образования Калининградской области

Государственное автономное учреждение Калининградской области
профессиональная образовательная организация
"Колледж сервиса и туризма"

Принята на заседании
методического Совета
Протокол № 1 от 26.08.2022 г.

Утверждаю:
Директор ГАУ КО ПОО КСТ
_____ А.С.Алукриева
«26» августа 2022 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Мини-футбол»**

Возраст обучающихся: 15-18 лет.
Срок реализации: 10 месяцев

Автор-составитель:
Павлова А.Н.,
заместитель директора
ГАУ КОО ПОО КСТ

г. Калининград,
2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» (далее – программа) разработана в соответствии с нормативно-правовыми актами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «О Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"";
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Минпросвещения России от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».
- Устав ГАУ КО ПОО «Колледж сервиса и туризма».

Программа является модифицированной - составлена на основе Примерной программы спортивной подготовки для Детско-юношеских спортивных школ. Мини-футбол (Футзал). Коллектив авторов составителей: Андреев С. Н., Алиев Э.Г., Левин В.С., Еременко К.В. 2010 год.

В основу программы положены нормативные требования по физической, технической и тактической подготовке, научные и методические разработки по мини-футболу.

Направленность (профиль) программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини - футбол» является программой физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность программы. Дополнительное образование детей – одно из важнейших составляющих образовательного пространства в современном российском обществе. В настоящее время в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» происходит обновление содержания дополнительного образования всех направлений, повышение качества и вариативности образовательных программ.

Современному подростку, проводящему большую часть дня непосредственно на учебных занятиях и за подготовкой домашних заданий, приходится выдерживать большие умственные нагрузки при остром дефиците двигательной активности. Двигательная активность обучающихся с поступлением в колледж снижается наполовину. Проблема формирования привычек здорового образа жизни выступает на всех возрастных этапах как проблема современности, которая должна решаться за счет новых подходов к системе физического воспитания, изменения содержания, форм и методов работы.

Формирование здорового образа жизни у подрастающего поколения доступно и возможно через развитие футбола, как популярного и предпочтительного вида спорта среди детей и молодежи. Мини-футбол, которым сегодня увлекаются не только мальчики и юноши, но и девочки и девушки, как нельзя лучше приспособлен для распространения его в спортивных залах и, следовательно, для кардинального решения проблем двигательной активности и здоровья подрастающего поколения.

Отличительные особенности программы, новизна.

Основной отличительной особенностью программы является использование спортивных игр и упражнений в комплексе с другими физкультурно-оздоровительными мероприятиями, ориентирована на формирование самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности обучающегося. В отличие от исходной программы добавлены собственные упражнения с учетом индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся.

Адресат программы. Программа «Мини-футбол» предназначена для обучающихся от 15 до 18 лет.

Объём и срок освоения программы. Объем программы - 120 часов. Срок освоения программы – 10 месяцев.

Форма обучения – очная.

Уровень программы: базовый.

Особенности организации образовательного процесса:

Для обучения принимаются обучающиеся вне зависимости от их способности, уровня физического развития, не имеющие медицинского противопоказания.

Программа предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы.

Состав группы 20 человек.

Основная форма организации работы – учебно-тренировочное занятие. Формы занятий: беседа, практическое занятие, контрольное занятие (зачет), соревнования, мониторинг).

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.

Общее количество часов в год – 120 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на группу: 1 раз в неделю по 3 часа.

Педагогическая целесообразность.

Программа способствует оздоровлению, нравственному и физическому воспитанию детей и подростков, воспитанию коллективизма и коммуникабельности, умения работать в команде, ответственности и трудолюбию.

Практическая значимость.

Занятия в рамках программы способствуют углублению знаний обучающихся о здоровье, здоровом образе жизни, физической культуре. В рамках программы осуществляется усвоение нравственно-поведенческих культурных норм и ценностей. С помощью тренировок происходит воспитание волевых качеств личности, трудолюбия обучающихся, воспитание уважительного отношения к товарищам, членам команды, культуре собственного народа и толерантного отношения к другим культурам.

Цель программы: создание условий для реализации потенциала физического и личностного развития обучающихся, совершенствования физических качеств, способностей через тактическую и техническую подготовку по мини футболу.

Задачи программы:

Образовательные

- дать представления о последних достижениях в области физической культуры и спорта, футбола и мини-футбола;
- сформировать основные жизненно важные двигательные умения и навыки;
- обучить основам игры в мини-футбол;
- обучить основам тактики командной игры, тактического мышления в игровых ситуациях;
- обучить элементарной методике и практическими навыками судейства.

Развивающие:

- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развить двигательные способности посредством игры в футбол;
- развить волевые и коммуникативные качества;
- развить способность к оценке силовых, пространственных и временных параметров движения.

Воспитательные:

- сформировать у обучаемого чувство гражданской ответственности и активной жизненной позиции, ценных нравственных и морально-волевых качеств;

- укрепить дружбу, чувство товарищества и взаимопонимание между обучаемыми;
- воспитать у юных футболистов трудолюбие, дисциплинированность, чувство коллективизма, высокие морально–волевые качества;
- воспитать юных футболистов в духе соблюдения спортивной этики, дисциплины.

Принципы отбора содержания:

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

Основные формы и методы.

Основной формой обучения по программе выбрана форма учебно-тренировочных занятий. Учебно-тренировочные занятия базируются на широком использовании теоретических знаний и методических умений, применении разнообразных средств физической культуры, спортивной и физической подготовке. Их направленность связана с обеспечением необходимой двигательной активности, достижением и поддержанием оптимального уровня физической и функциональной подготовленности в период обучения; приобретением личного опыта совершенствования и коррекции индивидуального физического развития, функциональных и двигательных возможностей; освоением жизненно и профессионально необходимых навыков, психофизических качеств.

В структуре каждого учебно-тренировочного занятия, как правило, выделяют три составные части: подготовительную (разминку), основную и заключительную. Содержание отдельного тренировочного занятия определяется направленностью решаемых двигательных задач.

Подготовительная часть учебно-тренировочного занятия, или разминка. Любая физическая тренировка должна начинаться с разминки. Это жесткое и необходимое условие методики проведения всех учебно-тренировочных занятий. В ходе разминки осуществляется подготовка организма к выполнению напряженной работы по разучиванию и совершенствованию техники движений, развитию и поддержанию физических качеств: выносливости, силы, быстроты, ловкости и гибкости.

Разминка решает задачу усиления деятельности организма и его отдельных систем для обеспечения вывода на необходимый уровень работоспособности. Кроме того, грамотно проведенная разминка дает еще один положительный результат: снижается риск травматизма во время выполнения основной физической нагрузки. В ходе разминки происходит и психическая подготовка занимающихся, их "настрой" на выполнение намеченной программы тренировки.

Перед занятием необходимо продумать содержание разминки, ее соответствие целям, задачам и условиям тренировки.

Если занятие проводится в спортивном зале, то разминку желательно начинать с различных видов ходьбы и бега, общеразвивающих упражнений в движении и на месте, а заканчивать специально-подготовительными упражнениями и растягиванием мышц. Если занятие проводится на улице в холодную погоду, то рекомендуется сначала выполнить пробежку 0,5-1,5 км, а затем комплекс общеразвивающих упражнений. Методическая последовательность выполнения упражнений - обычная: "сверху вниз".

Основная часть учебно-тренировочного занятия обеспечивает решение задач всесторонней и специальной подготовленности посредством обучения спортивной технике и тактике, воспитания волевых и развития физических качеств.

Учебно-тренировочные занятия, направленные на повышение уровня физической подготовленности, строятся на основе использования разнообразных физических упражнений - общеразвивающих, спортивных, отражающих специфику футбола и мини-футбола, упражнений из других видов спорта. Используются различные методы тренировки: равномерный, повторный, интервальный, круговой, соревновательный и игровой.

Учебно-тренировочные занятия, направленные на техническую подготовленность, предусматривают отработку основ, деталей техники, разучивание новых движений, совершенствование техники ранее разученных двигательных действий. В спортивной тренировке целесообразно применять смешанные (комплексные) учебно-тренировочные занятия, направленные на решение задач обучения технике, воспитания физических и личностных качеств, контроль за уровнем физической подготовленности.

Заключительная часть учебно-тренировочного занятия предназначена для постепенного снижения нагрузки и, соответственно, восстановления организма. Содержание заключительной части обычно составляют упражнения невысокой интенсивности (малоинтенсивный бег, ходьба, а также дыхательные, маховые, растягивающие и релаксационные упражнения).

Основа методики построения учебно-тренировочного занятия. Первоначально с учетом задач занятия определяется и разрабатывается содержание основной части, а затем в соответствии с ним подбирается материал для подготовительной и заключительной частей. Обычно наиболее сложные задачи, связанные с овладением новым материалом, движениями большой координационной сложности, решают в самом начале основной части занятия. При этом придерживаются такой последовательности: ознакомление, разучивание, совершенствование.

Учебный план

№ п/п	Раздел/Тема	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1. Вводное занятие.					
1.1.	Введение в программу	2	2	-	Наблюдение. Беседа. Опрос.
<i>Всего:</i>		2	2	-	
2. Общая физическая подготовка.					
2.1.	Элементы ходьбы и бега	4	1	3	Выполнение нормативов

2.2.	Гимнастические упражнения	4	1	3	Наблюдение.
2.3.	Легкоатлетические упражнения	6	1	5	Контрольное занятие.
2.4.	Упражнения в висах и упорах	4	1	3	Контрольное занятие.
2.5.	Подвижные игры	8	1	7	Наблюдение.
<i>Всего:</i>		26	5	21	
3. Специальная физическая подготовка.					
3.1.	Специальные упражнения для развития быстроты.	8	1	7	Наблюдение. Контрольное занятие.
3.2.	Специальные упражнения для развития ловкости.	8	1	7	Наблюдение. Контрольное занятие.
<i>Всего:</i>		16	2	14	
4. Техническая подготовка.					
4.1.	Различные способы перемещения	4	1	3	Наблюдение.
4.2.	Приемы владения мячом ногами	12	1	11	Наблюдение. Контрольное занятие.
4.3.	Приемы игры головой	4	1	3	Наблюдение.
4.4.	Прием (остановка) мяча	4	-	4	Наблюдение.
4.5.	Техники ведения мяча.	4	-	4	Наблюдение.
4.6.	Обманные движения (финты)	4	-	4	Наблюдение.
4.7.	Отбор мяча	4	1	3	Наблюдение.
4.8.	Вбрасывание мяча.	2	-	2	Наблюдение.
4.9.	Комплексное выполнение технических приемов	6	-	6	Наблюдение. Контрольное занятие.
<i>Всего:</i>		44	4	40	
5. Тактическая подготовка.					
5.1.	Индивидуальные действия в командной игре	4	1	3	Мониторинг индивидуальных достижений.
5.2.	Групповые действия в командной игре	4	1	3	Наблюдение.
5.3.	Позиционные действия в командной игре	4	1	3	Наблюдение.
5.4.	Техника игры вратаря	6	1	5	Наблюдение.
<i>Всего:</i>		18	4	14	
6. Участие в спортивных соревнованиях.					
6.1.	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня	10	-	10	Наблюдение. Мониторинг индивидуальных достижений.
<i>Всего:</i>		10	-	10	
7.	Итоговая аттестация.	4	-	4	Комплексное выполнение технических приемов. Спортивные соревнования.
ИТОГО:		120	22	98	

Содержание программы (120 часов, 3 часа в неделю)

1. Вводное занятие. (2 часа).

Теория (2 час.). Введение в программу. Ознакомление с образовательной программой на учебный год. Правила поведения и режим занятий. Техника безопасности в спортивном зале. Краткий обзор по теме: «Развитие мини-футбола в России».

2. Общая физическая подготовка. (26 часов)

2.1. Элементы ходьбы и бега.

Теория (1 час.). Беседа. Виды спортивной формы ходьбы и спортивной формы бега. Нормативы.

Практика (3 час.). Походный шаг, строевой шаг, шаг на носках и на пятках, на внешнем своде стопы, перекатом с пятки на носок, с высоким подъемом бедер, выпадами, ходьба на руках, ходьба в упоре присев сзади. Обычный бег, бег спиной вперед, бег с ускорением и замедлением темпа, бег с внезапной остановкой и сменой направления, семенящий бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, бег с отведением голени назад и наружу, бег выпадами.

2.2. Гимнастические упражнения.

Теория (1 час.). Беседа. Виды гимнастики. Утренняя гимнастика. Спортивная гимнастика. Общеразвивающие упражнения (общая характеристика, классификация, типовые исходные положения).

Практика (3 час.). Упражнения без предметов: для рук и плечевого пояса, для мышц предплечья и 24 плеча, для плечевого сустава, для мышц ног и тазового пояса, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения с предметами: со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг), гантелями. Упражнения в парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа - поднимание ног с мячом. Упражнения на гимнастических снарядах. Лазанье по гимнастической стенке, канату. Ходьба по скамейке. Смешанные висы.

2.3. Легкоатлетические упражнения.

Теория (1 час.). Лекция. Общая характеристика и классификация основных видов легкоатлетических упражнений.

Практика (5 час.). Бег: бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Челночный бег (3x10м). Эстафетный бег с этапами до 40м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3 11 минут. Бег или кросс до 1000 м. Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с места, тройной прыжок с места и с разбега. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Полоса препятствий (из 10 видов упражнений). Метание малого мяча в цель на дальность отскока и на дальность.

2.4. Упражнения в висах и упорах.

Теория (1 час.). Лекция. Общие понятия упражнений на перекладине и упоре лежа.

Практика (3 час.). Из виса хватом сверху подтягивание. Из упора лежа сгибание и разгибание рук.

2.5. Подвижные игры.

Теория (1 час.). Беседа. Правила подвижных игр. Техника безопасности.

Практика (7 час.). Подвижные игры на быстроту реакции («колечко», «поймай мешок»), на развитие скоростных качеств («салки», «кто быстрее», «бездомный заяц»), на развитие меткости («самый меткий», «сбей кегли»).

3. Специальная физическая подготовка. (16 часов)

3.1. Специальные упражнения для развития быстроты.

Теория (1 час.). Беседа. Определения «сила», «гибкость», «ловкость», «быстрота», «выносливость». Порядок и техника выполнения упражнений.

Практика (7 час.). Ускорение на 5-8 м после прыжковых упражнений. Бег на месте с максимальной скоростью и ускорением на 5-10 м после звукового сигнала. По сигналу рывки на 7-10 м в разные стороны из различных исходных положений: стоя лицом и спиной к стартовой линии, из приседа и широкого выпада, сидя и лежа, выполняя общие развивающие упражнения. Бег на выбывание с низкого старта. Выполнение технико-тактических упражнений в скоростном темпе, особенно в отсутствии мяча. Ускорение за мячом после передачи партнера.

3.2. Специальные упражнения для развития ловкости.

Теория (1 час.). Беседа. Определение понятий. Порядок и техника выполнения упражнений.

Практика (7 час.). Прыжки с разбега толчком одной и обеими ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой, ногами, руками; то же, выполняя в прыжке поворот на 90-180 градусов. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо. Держание мяча в воздухе. Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями. Эстафеты с элементами акробатики. Подвижные игры типа «Охотники», «Отруби хвост» и т.д.

4. Техническая подготовка. (44 часа)

4.1. Различные способы перемещения.

Теория (1 час.). Беседа. Способы передвижения без мяча.

Практика (3 час.). Бег - по прямой, изменяя направление и скорость, приставным и крестным шагом (вправо, влево). Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком двух ног с места и с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега: выпадом и прыжками (на обе ноги).

4.2. Приемы владения мячом ногами.

Теория (1 час.). Лекция. Классификация ударов по мячу. Строение нижних конечностей. Техники владения мячом.

Практика (11 час.). Удары по мячу серединой подъема ноги. Удары по мячу внутренней частью подъема ноги. Удары по мячу внешней частью подъема ноги. Удары по мячу внутренней стороной стопы. Удары по мячу внешней стороной стопы. Удар носком. Удар пяткой. Жонглирование мячом.

4.3. Приемы игры головой.

Теория (1 час.). Беседа. Правила безопасности при ударе по мячу головой. Техника игры. Травматизм.

Практика (3 час.). Удары по мячу лобной частью головы (с места, в броске, в прыжке). Удары по мячу боковой частью головы.

4.4. Прием (остановка) мяча.

Практика (4 час.). Способы остановки мяча. Запрещенные приемы обработки мяча. Остановка мяча подошвой. Остановка мяча внутренней стороной стопы. Остановка мяча серединой подъема. Остановка мяча голенью. Остановка мяча бедром. Остановка мяча грудью. Остановка мяча головой.

4.5. Техники ведения мяча.

Практика (4 час.). Различные способы ведения мяча. Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направление, между стоек и движущихся партнеров. Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча по «восьмерке». Ведение мяча с обводкой движущихся и противоборствующих соперников.

4.6. Обманные движения (финты).

Практика (4 час.). Виды и способы обманных движений. Обучение финтам после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону), во время ведения мяча внезапная отдача мяча назад, откидывая его подошвой партнеру, находящемуся сзади. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнеру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника («скрещивание») и др.

4.7. Отбор мяча.

Теория (1 час.). Лекция. Приемы отбора мяча. Способы отбора мяча перехватом и подкатом. Запрещенные способы отбора мяча

Практика (3 час.). Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом. Отбор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

4.8. Вбрасывание мяча.

Практика (2 час.). Вбрасывание одной рукой из-за плеча, сбоку, снизу. Техника вбрасывания мяча вратарем после ловли.

4.9. Комплексное выполнение технических приемов.

Практика (6 час.). Комплексное выполнение технических приемов игры в мини-футбол индивидуально, группами.

5. Тактическая подготовка. (18 часов)

5.1. Индивидуальные действия в командной игре.

Теория (1 час.). Лекция. Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле.

Практика (3 час.). Выбор места на поле. Ведение мяча и обводка. Отбор мяча.

5.2. Групповые действия в командной игре.

Теория (1 час.). Роль групповых действий на поле.

Практика (3 час.). Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча».

5.3. Позиционные действия в командной игре.

Теория (1 час.). Выбор правильной позиции на поле.

Практика (3 час.). Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

5.4. Техника игры вратаря.

Теория (1 час.). Роль вратаря в игре. Отличие от игроков. Основные приемы игры. Специфика поведения на игровом поле.

Практика (5 час.). Основные приемы игры. Ловля катящихся и низколетящих мячей, ловля полуввысоких мячей, ловля высоколетящих мячей, отбивание мяча кулаком, отбивание мяча двумя руками. Отбивание мячей ногой. Ловля мячей, катящихся и летящих в стороне от вратаря.

6. Участие в спортивных соревнованиях. (10 часов)

Практика (10 час.). Участие в турнирах, соревнованиях и в товарищеских матчах по мини-футболу различного уровня.

7. Итоговая аттестация. (4 часа)

Комплексное выполнение технических приемов. Спортивные соревнования.

Итоговая аттестация проводится в форме:

- практического задания - выполнение технических приемов -2 часа;
- спортивного соревнования - открытого футбольного матча по мини-футболу (2 тайма по 25 мин. в группах по 5 человек)- 2 часа.

Задания для выполнения технических приемов.

1. Удар по мячу на точность (число попаданий) – Удары по воротам на точность выполняются по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м. Футболисты посылают мяч в половину ворот, он должен пересечь линию ворот по воздуху и коснуться земли не ближе, чем в 10 м за воротами. Выполняется по пять ударов каждой ногой любым способом. Учитывается сумма попаданий.

2. Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам (сек) – Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта, вести мяч 20 м, далее обвести змейкой стойки (первая стойка - 10 м от штрафной площади, а через каждые 2 м ставятся еще три стойки), и, не доходя до штрафной площади, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае, если мяч не будет забит в ворота, упражнения не засчитываются. Даются три попытки, учитывается лучший результат.

3. Жонглирование мячом – Выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней и внешней частями подъема), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой, правым и левым бедром.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК (с 05.09.2021 года по 21.06.2022 года)

Периоды	1 полугодие	Каникулы	2 полугодие
Кол-во недель	17 недель	1	23 недели
Кол-во часов	51 час		69 часов
Период обучения	05.09-26.12.2022 г.		09.01.-19.06.2022
Период каникул		01.01-09.01.2022	

Месяц	№ нед	Тема занятия	Форма занятия	Кол. Час.
Сентябрь	1	1.1. Вводное занятие.	беседа	2
		2.1. Элементы ходьбы и бега.	беседа	1
	2	2.1. Элементы ходьбы и бега.	пр. занятие	1
		2.2. Гимнастические упражнения.	беседа	1
	3	4.1.Различные способы перемещения.	пр. занятие	1
		4.1.Различные способы перемещения.	пр. занятие	2
	4	2.3. Легкоатлетические упражнения.	лекция	1
		2.3. Легкоатлетические упражнения.	пр. занятие	2
Октябрь	1	2.4. Упражнения в висах и упорах.	лекция	1
		2.4. Упражнения в висах и упорах.	пр. занятие	1
		4.1.Различные способы перемещения.	пр. занятие	1
	2	2.1. Элементы ходьбы и бега.	пр. занятие	1
		2.5. Подвижные игры.	беседа	1
		2.5. Подвижные игры.	пр. занятие	1
	3	3.1. Специальные упражнения для развития быстроты.	беседа	1
		3.1. Специальные упражнения для развития быстроты.	пр. занятие	1
		2.5. Подвижные игры.	пр. занятие	1
	4	3.2. Специальные упражнения для развития ловкости.	лекция	1
		3.2. Специальные упражнения для развития ловкости.	пр. занятие	2
	5	3.1. Специальные упражнения для развития быстроты.	пр. занятие	1
4.2. Приемы владения мячом ногами.		беседа	1	
4.2. Приемы владения мячом ногами.		пр. занятие	1	
Ноябрь	1	2.4. Упражнения в висах и упорах.	пр. занятие	1
		4.8. Вбрасывание мяча.	пр.занятие	1
		4.7. Отбор мяча.	лекция	1
	2	4.7. Отбор мяча.	пр. занятие	1
		4.5.Техники ведения мяча.	пр.занятие	2
	3	3.2. Специальные упражнения для развития ловкости.	пр. занятие	1
		4.4. Прием (остановка) мяча.	пр. занятие	1
		5.1. Индивидуальные действия в командной игре	лекция	1
	4	5.4. Техника игры вратаря.	лекция	1
5.4. Техника игры вратаря.		пр.занятие	1	
4.4. Прием (остановка) мяча.		пр.занятие	1	
Декабрь	1	3.1.Специальные упражнения для развития быстроты.	пр. занятие	1
		5.1. Индивидуальные действия в командной игре	пр. занятие	1
		4.8. Вбрасывание мяча.	пр.занятие	1
	2	4.4. Прием (остановка) мяча.	пр. занятие	1
		4.3. Приемы игры головой.	лекция	1
		4.3. Приемы игры головой.	пр.занятие	1
	3	5.1. Индивидуальные действия в командной игре	пр. занятие	1
		4.7. Отбор мяча.	пр. занятие	1
		6. Участие в спортивных соревнованиях	пр. занятие	1
	4	4.5.Техники ведения мяча.	пр.занятие	1
		4.6. Обманные движения (финты).	пр.занятие	1
		5.1. Индивидуальные действия в командной игре	пр.занятие	1
Ян	1	3.1. Специальные упражнения для развития быстроты	пр.занятие	1
		4.4. Прием (остановка) мяча.	пр.занятие	1

	2	4.3. Приемы игры головой.	пр.занятие	1
		5.2. Групповые действия в командной игре.	лекция	1
		5.2. Групповые действия в командной игре.	пр.занятие	1
		5.4. Техника игры вратаря.	пр.занятие	1
	3	5.2. Групповые действия в командной игре.	пр. занятие	1
		6. Участие в спортивных соревнованиях	лекция	2
Февраль	1	5.3. Позиционные действия в командной игре.	лекция	1
		5.3. Позиционные действия в командной игре.	пр.занятие	1
		5.4. Техника игры вратаря.	пр. занятие	1
	2	5.3. Позиционные действия в командной игре.	пр.занятие	1
		6. Участие в спортивных соревнованиях	пр. занятие	2
	3	2.2. Гимнастические упражнения.	пр. занятие	1
		5.4. Техника игры вратаря.	пр. занятие	1
		4.6. Обманные движения (финты).	пр. занятие	1
	4	3.1. Специальные упражнения для развития быстроты.	пр. занятие	1
		4.7. Отбор мяча.	пр. занятие	1
		5.2. Групповые действия в командной игре	пр. занятие	1
	Март	1	3.2. Специальные упражнения для развития ловкости.	пр. занятие
4.3. Приемы игры головой.			пр. занятие	1
4.6. Обманные движения (финты).			пр. занятие	1
2		4.2. Приемы владения мячом ногами.	пр. занятие	1
		4.9. Комплексное выполнение технических приемов.	пр. занятие	1
		5.4. Техника игры вратаря.	пр. занятие	1
3		2.2. Гимнастические упражнения.	пр. занятие	1
		4.5. Техники ведения мяча.	пр. занятие	1
		6.Участие в спортивных соревнованиях	пр. занятие	1
4		3.2. Специальные упражнения для развития ловкости.	пр. занятие	1
		4.6. Обманные движения (финты).	пр. занятие	1
		4.2. Приемы владения мячом ногами.	пр. занятия	1
Апрель	1	3.1. Специальные упражнения для развития быстроты.	пр. занятие	1
		4.2. Приемы владения мячом ногами.	пр. занятия	1
		2.5. Подвижные игры.	пр. занятие	1
	2	4.2. Приемы владения мячом ногами.	пр. занятие	1
		6.Участие в спортивных соревнованиях	пр. занятие	2
	3	4.9. Комплексное выполнение технических приемов.	пр. занятие	1
		4.2. Приемы владения мячом ногами.	пр. занятие	1
		2.5. Подвижные игры.	пр. занятие	1
	4	4.9. Комплексное выполнение технических приемов	пр. занятие	1
		6. Участие в спортивных соревнованиях	пр. занятие	2
	5	3.2. Специальные упражнения для развития ловкости.	пр. занятие	1
		4.2. Приемы владения мячом ногами.	пр. занятие	1
5.3. Позиционные действия в командной игре.		пр. занятие	1	
Май	1	3.1. Специальные упражнения для развития быстроты.	пр. занятие	1
		4.2. Приемы владения мячом ногами.	пр. занятие	1
		4.9. Комплексное выполнение технических приемов.	пр. занятие	1
	2	2.4. Упражнения в висах и упорах.	пр. занятие	1
		4.2. Приемы владения мячом ногами.	пр. занятие	1
		2.5. Подвижные игры.	пр. занятие	1
	3	2.3. Легкоатлетические упражнения.	пр. занятие	1
		4.2. Приемы владения мячом ногами.	пр. занятие	1
		2.5. Подвижные игры.	пр. занятие	1
	4	2.1. Элементы ходьбы и бега	пр. занятие	1
		4.2. Приемы владения мячом ногами.	пр. занятие	1

		2.5. Подвижные игры.	пр. занятие	1
Июнь	1	2.3. Легкоатлетические упражнения.	пр. занятие	
		3.2. Специальные упражнения для развития ловкости.	пр. занятие	1
		4.9. Комплексное выполнение технических приемов	пр. занятие	1
	2	2.3. Легкоатлетические упражнения.	пр. занятие	1
		4.9. Комплексное выполнение технических приемов	пр. занятие	1
		7. Итоговая аттестация Выполнение технических приемов	пр. занятие	1
	3	7. Итоговая аттестация Выполнение технических приемов	пр. занятие	1
7. Итоговая аттестация Спортивные соревнования		пр. занятие	2	
				Всего: 120 часов

Планируемые результаты.

	Результаты	Способы отслеживания
Предметные	<p><i>Обучающийся будет знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - правила игры в мини-футбол, о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития; <p><i>уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - измерять показатели физического развития (длина и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость); - вести систематические наблюдения за динамикой показателей; - выполнять развивающие упражнения 	Наблюдение; опрос; выполнение контрольных заданий; самоанализ, мониторинг
	<p><i>Коммуникативные</i></p> <p><i>уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики; - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности 	Наблюдение; опрос; выполнение контрольных заданий; самоанализ
Метапредметные	<p><i>Познавательные</i></p> <p><i>уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - с помощью педагога выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях футболиста; - ориентироваться в понятие «здоровый образ жизни» 	Наблюдение; опрос
	<p><i>Регулятивные</i></p> <p><i>уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий; - оценивать правильность выполнения действий, находить ошибки и исправлять их; - планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности; 	Наблюдение; опрос; самоанализ, мониторинг

<i>Личностные</i>	<p><i>уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - формулировать собственное мнение и позицию; <p><i>владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основами самоконтроля, самооценки; - способностью к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; 	<p>Наблюдение; опрос; самоанализ</p>
-------------------	--	--

По завершению программы обучающиеся будут:

знать:

- историю возникновения мини-футбола как игры;
- основные правила игры в мини-футбол;
- основные технические и тактические приемы игры;
- принципы здорового образа жизни спортсмена;
- правила поведения спортсмена перед соревнованиями и после них;
- способы разрешения нестандартных ситуаций во время соревнований;
- назначение общеразвивающих упражнений и комплекса специальных упражнений;
- основные правила проведения соревнований по мини-футболу;
- правила поведения спортсмена во время соревнований;
- требования к спортивной дисциплине.

уметь:

- правильно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- правильно выполнять специальные упражнения;
- правильно восстанавливаться после тренировок;
- правильно составлять свой распорядок дня;
- применять тактические и технические приемы в игре;
- играть с пятым полевым игроком и с нейтральным игроком;
- играть в мини-футбол на уровне соревнований регионального уровня

Механизм оценивания образовательных результатов.

Мониторинг уровня сформированных компетенций и личностные достижения обучающихся отражаются в диагностической карте по итогам первого и второго полугодия.

Отслеживаются следующие навыки:

- навыки соблюдения правил безопасности в процессе деятельности;
- умение работать с мячом, спортивным оборудованием;
- осмысленное и правильное использование специальной терминологии;
- аккуратность и ответственность при выполнении заданий, тренировок;
- умение работать в коллективе, проявлять коммуникативные умения и навыки;
- умение креативно мыслить при выполнении практических заданий;
- овладение теоретическими и практическими навыками, предусмотренными программой.

Педагогический контроль и оценка подготовки подготовленности обучающихся группы являются важными элементами, определяющими эффективность процесса обучения и тренировки. Для получения объективной

информации планируется использовать педагогическое наблюдение и тестирование.

Контроль за уровнем нагрузки на занятиях проводится по карте педагогического наблюдения за степенью утомления обучающихся:

Объект наблюдения	Степень и признаки утомления		
	Небольшая	Средняя	Большая (недопустимая)
Цвет кожи лица	Небольшое покраснение	Значительное покраснение	Редкое покраснение, побледнение или синюшность.
Речь	Отчетливая	Затрудненная	Крайне затрудненная или невозможная.
Мимика	Обычная	Выражение лица напряженное	Выражение страдания на лице.
Потливость	Небольшая	Выраженная верхней половины тела	Резкая верхней половины тела и ниже пояса, выступание соли.
Дыхание	Учащенное, ровное	Сильно учащенное	Сильно учащенное, поверхностное, с отдельными глубокими вдохами, сменяющимися беспорядочным дыханием.
Движения	Бодрая походка	Неуверенный шаг, покачивание	Резкое покачивание, дрожание, вынужденная поза с опорой, падение.
Самочувствие	Жалоб нет	Жалобы на усталость, боль в мышцах, сердцебиение, одышку, шум в ушах.	Жалобы на головокружение, боль в правом подреберье, головная боль, тошнота, иногда икота, рвота

Метод тестирования дает возможность оценить уровень подготовленности обучающихся группы, прирост их физического развития и совершенствования технического мастерства.

Формы подведения итогов реализации программы.

Результативность усвоения данной программы определяется с помощью использования разнообразных способов проверки:

- текущий контроль знаний в процессе устного опроса (индивидуального и группового);
- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- самоконтроль.

При подведении итогов реализации образовательной программы используются следующие формы: открытые занятия, контрольные занятия, соревнования.

Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется преподавателем.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения. Контроль осуществляется на основе наблюдения за образовательным процессом с целью получения информации о достижении планируемых результатов.

Областью контроля являются текущие, промежуточные и итоговые результаты овладения обучающимися обозначенными в дополнительной общеразвивающей программе знаниями и умениями, а именно:

- предметные результаты;
- метапредметные результаты;
- личностные результаты.

В процессе обучения используются следующие виды контроля: входной (предварительный), текущий, промежуточный, итоговый.

Входной контроль предполагает получение информации об уровне имеющихся у обучающегося знаний, умений, навыков об изучаемом предмете, уровне сформированности способностей и развития личностных качеств.

Текущий контроль - организация проверки качества обучения по образовательной программе в течение года. Отслеживание результатов проводится на каждом занятии и по окончании прохождения темы.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года с целью получения информации о степени освоения обучающимися программы, достижения ими планируемых итоговых результатов.

Входной контроль	Текущий контроль	Промежуточный контроль	Итоговый контроль	Формы и способы фиксации результатов контроля
Собеседование, Практические задания	Беседы в форме «вопрос – ответ», наблюдение опрос, практическая работа, нормативы, самостоятельная работа, открытое занятие, участие в соревнованиях	Контрольное занятие. Практические задания; нормативы. Участие в соревнованиях	Итоговый контроль Комплексное выполнение технических приемов. Спортивные соревнования.	Грамота, диплом благодарственное письмо, фотографии, аудиозапись, видеозапись; карта наблюдений

Способы организации контроля: индивидуальный, фронтальный, групповой, коллективный.

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение программы:

Спортивный зал ГАУ КО ПОО КСТ. Помещение для занятий (соответствующее санитарно-эпидемиологическим нормам и правилам СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»).

Оборудование, соответствующее требованиям и нормам СанПиНа и правилам техники безопасности работы:

1. Ворота мини-футбольные с сеткой
2. Мячи футбольные – 20 шт.
3. Гимнастическая стенка – 6 шт.

4. Гимнастические скамейки – 4 шт.
5. Гимнастические маты – 4 шт.
6. Скакалки
7. Палка гимнастическая
8. Обруч гимнастический
9. Мячи набивные (масса 1 кг)
10. Стойки для обводки
11. Гантели различной тяжести
12. Гимнастическая перекладина
13. Насос ручной со штуцером
14. Аппаратура для просмотра футбольных матчей и презентаций
15. Фишки 20 шт.
16. Мячи волейбольные 9 шт.
17. Мячи баскетбольные 5 шт.
18. Секундомер 10 шт.

Оборудование, приобретаемое в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

Мяч мини-футбольный тренировочный – 3 шт.

Мяч мини-футбольный соревновательный – 2 шт.

Набивной мяч – 6 шт.

Форма футбольная, щитки, гетры, бутсы – 12 комплектов

Форма вратарская, перчатки – 2 комплекта

Манишки тренировочные – 10 шт.

Кадровое обеспечение.

Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное образование или высшее образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы. Требования к педагогам дополнительного образования и преподавателям: среднее профессиональное образование – программы подготовки специалистов среднего звена или высшее образование – бакалавриат, направленность (профиль) которого, как правило, соответствует направленности дополнительной общеобразовательной программы; дополнительное профессиональное образование – профессиональная переподготовка, направленность (профиль) которой соответствует направленности дополнительной общеобразовательной программы. При отсутствии педагогического образования – дополнительное профессиональное педагогическое образование. Дополнительная профессиональная программа может быть освоена после трудоустройства. Рекомендуется обучение по дополнительным профессиональным программам по профилю педагогической деятельности не реже чем один раз в три года.

Методическое обеспечение.

Экранно-звуковые пособия:

- видеофильмы с интернет-ресурсов с записью показа техники и приемов футбола и мини-футбола;

- видеолекции по истории мини-футбола, выполнению комплексов специальных упражнений, тактике игры.

Содержание и методика контрольных испытаний

Общая подготовленность

Бег 30 м. Бег выполняется с высокого старта. Секундомер запускается по первому движению испытуемого.

Челночный бег 30 м (5x6 м). На расстоянии 6 м друг от друга обозначаются линия старта и контрольная линия. По сигналу испытуемый начинает бег, преодолевая обозначенную дистанцию 5 раз. При изменении направления движения обе ноги испытуемого должны пересекать каждый раз одну из упомянутых линий.

Челночный бег 30 м (3x10 м). Упражнение с такими же требованиями, как и предыдущее.

Челночный бег 4x10м (рис. 1). Линией старта служит линия ворот. От ее середины испытуемый по сигналу выполняет рывок до 6-метровой отметки, касаясь ее ногами. Повернувшись на 180°, он возвращается назад. Далее он совершает рывок до 10-метровой отметки. Повернувшись кругом, испытуемый устремляется к линии старта. Далее он бежит до средней линии поля (20 м) и возвращается к линии ворот. Затем он вновь совершает рывок к 10-метровой отметке, возвращается к месту старта.

Прыжок в длину с места. Испытуемый принимает исходное положение на контрольной линии (ноги на ширине плеч). Не переступая ее, он делает несколько махов руками и, с силой оттолкнувшись, махом рук снизу вверх производит прыжок. Из трех попыток засчитывается лучший результат.

Специальная подготовленность

Жонглирование мячом ногами. Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой. Удары, выполненные одной ногой дважды, засчитываются за один удар. Из трех попыток учитывается лучший результат.

Бег 30 м с ведением мяча. Испытуемый с мячом занимает позицию за линией старта. По сигналу игрок ведет мяч к линии финиша, выполняя на данной дистанции не менее трех касаний мяча ногами. Ведение осуществляется любым способом. Упражнение считается законченным, когда испытуемый пересечет линию финиша. Учитывается время выполнения упражнения. Даются две попытки. Засчитывается лучший результат.

Ведение мяча по «восьмерке» (рис. 1). На поле стойками обозначается квадрат со сторонами 10 м. Одна стойка устанавливается в середине квадрата. По сигналу испытуемый ведет мяч от стойки А к стойке Ц, обходит ее и движется к стойке В. Обведя ее, он направляется к стойке В, огибает ее с внешней стороны и вновь ведет мяч к стойке Ц. Обводя эту стойку уже с другой стороны, он движется к стойке Г. Обогнув ее, испытуемый финиширует у стойки А. Ведение мяча осуществляется только внутренней и внешней частью подъема. Учитывается время выполнения задания. Из двух попыток засчитывается лучшая.

Ведение мяча по границе штрафной площади (рис. 2). Испытуемый с мячом встает перед пересечением штрафной и вратарской линий. По сигналу он начинает ведение мяча подошвой правой ноги по границе штрафной площади до пересечения ее с линией ворот. Как только мяч пересечет эту точку, испытуемый разворачивается и начинает ведение мяча подошвой левой ноги в обратном направлении по границе штрафной площади. Как только он пересекает линию ворот с мячом, фиксируется время прохождения дистанции.

Информационное обеспечение программы.

Интернет-ресурсы:

1. <http://rfs.ru/> Российский Футбольный Союз.
 2. lesgaft.spb.ru/302 Кафедра теории и методики спорт. игр Нац.гос. Университета им. Лесгафта.
 3. fisio.ru/fisioinschool.html Физкультура школе, уроки физкультуры.
 4. www.football-trener.ru объединение отечественных тренеров по футболу
 5. <http://atmrfs.ru/> академия тренерского мастерства
 6. <http://footballtrainer.ru> уроки футбола
 7. <http://football-web.ru> для проекта «Мини-футбол в школу»
 8. <http://subscribe.ru/archive/sport.soccer.school/201004/30131359.html>
- Футбольный- Тренер.Ру Мини-футбол в школу

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. № 2620-р.
5. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

Для педагога:

1. Методика социально-образовательного проекта "Гражданин"/Сост. Пахомов В.П. - Самара, 2015 - 54 с.
2. Пахомов В.П., Сайфутдинова Л.Р. Проект «Гражданин» как эффективное средство развития лидерских качеств детей и подростков в ВДЦ «Орлёнок»: Методическое пособие. – Самара: Изд-во «НТЦ», 2017. – 36 с.

Для обучающихся:

1. Пахомов В.П. Социально-образовательный проект "Гражданин": Учебное пособие для школьников. – Самара: Изд-во "НТЦ", 2016. – 51 с.
2. Энциклопедия для детей. Т. 18. Человек Ч. 2. Архитектура души. Психология личности. Мир Взаимоотношений. Психотерапия. / гл. ред. В. А. Володин. – М: Аванта+, 2002. – 640 с.: ил;
3. Энциклопедия для детей. Т.4. Право Ч / гл. ред. В. А. Володин. – М: Аванта+, 2002. –534 с.: ил;
4. Материалы научно – практической конференции школьников и студентов «Право, его охрана и защита», АНО ВО Самарский университет государственного управления «Международный институт рынка». - Самара, 2018 -212стр.

5. Милки Д. «Футбол. Основы игры. Самый короткий путь к изучению основ футбола». -М.: АСТ, 2007.-128с.
6. Николаев Д.С., Шальнов В.А. Начальное обучение мини-футболу. Методическое пособие Ульяновск: УлГТУ, 2008.- 44 с.
7. Смит Д. «Футбол для начинающих». -М.,2008. -84 с.