муниципальное автономное образовательное
учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества»

Принята решением МО спортивного клуба Протокол № 5 от 03.05.2019г. Заведующий клубом _____ Зайцев А.И.	Согласовано заместитель директора по учебно-воспитательной работе _____ Головина Т.В.	Утверждаю директор МАОУДО «ЦДТ» _____ Шульман М.А. Приказ № 95/2-2 от 31.05.2019г.
Принята решением МО спортивного клуба Протокол № 5 от 20.05.2020г. Заведующий клубом _____	Согласовано заместитель директора по учебно-воспитательной работе _____ Головина Т.В.	Утверждаю директор МАОУДО «ЦДТ» _____ Шульман М.А. Приказ № 55/5 от 25.05.2020г
Принята решением МО спортивного клуба Протокол №_____ от _____ Заведующий клубом _____	Согласовано заместитель директора по учебно-воспитательной работе _____Головина Т.В.	Утверждаю директор МАОУДО «ЦДТ» _____ Шульман М.А. Приказ №_____от_____

ПРОГРАММА

подготовки юных футболистов

Возраст обучающихся: 9-17 лет
Срок реализации: 8 лет

Зайцев Аркадий Иванович-
педагог дополнительного образования

г. Биробиджан
2019г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При разработке данной программы использовались ранее принятые программы по футболу для спортивных школ, учитывались новейшие данные научных исследований и передовой опыт работы детско-юношеских спортивных школ.

В программе отражены задачи работы с обучающимися, содержание учебного материала по физической, технической, тактической и теоретической подготовке для 1-8 годов обучения, распределение времени на виды подготовки, планы-графики прохождения учебного материала на каждый месяц, нормативные требования для перевода обучающихся в более старшую возрастную группу, модельные занятия с обучающимися в различное время года.

Цель программы: подготовка и воспитание юных футболистов, обучение игре в футбол.

Задачи программы:

1. Укреплять здоровье детей, содействовать правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности.
2. Развивать быстроту, ловкость, гибкость, скоростно-силовые качества.
3. Обучать основам техники и тактики игры.
4. Приучать к игровым условиям.
5. Подготовить к выполнению нормативов по технической и физической подготовке.
6. Прививать обучающимся стойкий интерес к занятиям футболом.

Основным принципом построения учебно-тренировочной работы служит принцип универсальности в постановке задач, выборе средств и методов по отношению ко всем учащимся, соблюдение индивидуального подхода и глубокого изучения особенностей каждого юного футболиста. В процессе обучения обучающихся создаются предпосылки для успешного овладения широким кругом технико-тактических действий, достижения высокого уровня специальной физической подготовленности на последующих этапах многолетнего процесса подготовки.

Процесс обучения можно условно разделить на два этапа, которые предопределяют будущую техническую подготовленность. В 1-й, 2-й, 3-й годы обучения с помощью соответствующих упражнений происходит овладение множеством простых и сложных технических элементов, приемов футбола и освоение широкого арсенала двигательных навыков. Начальная стадия обучения характеризуется применением большого количества одноцелевых упражнений, которые выполняются в простых условиях, на месте или на малой скорости, без дефицита времени, с катящимся мячом, без сопротивлений и т.д., что помогает сформировать прочные навыки в стабильных условиях.

В дальнейшем изучение элементов или приемов происходит с минимальным временем на обработку мяча, добавлением обманных движений, уменьшением площади исполнения, конкретизацией заданного способа обработки, введением дополнительных элементов или сочетания нескольких.

На этом этапе закладывается основа техники футбола, являющейся фундаментом дальнейшей специализации.

Известно, что только путь многократных повторений является залогом создания прочных навыков, укрепления технического мастерства. Если кратко сформулировать, то происходит переход количества труда в его качество, но ни в коем случае ни километры, ни частота пульса не являются составляющими процесса начального обучения.

В основе развития двигательных качеств на первом этапе специализации лежит использование способностей организма к аккумулятивной (накопительной) адаптации, при которой под влиянием повторяющихся воздействий происходит формирование основных структур движений. Таким образом, на начальной стадии обучения выдвигается вариативность, которая позволяет охватить все разнообразие и большой объем тренировочных средств. Наполняемость групп начальной подготовки и режим работы:

Год обучения	Возраст учащихся	Минимальное количество учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Требования по спортивной подготовке на конец учебного года
1-й	8-9 лет	15	6	Выполнить контрольно – нормативные требования программы
2-й	10-11 лет	15	6	
3-й	12-13 лет	15	6	

1. Физическая подготовка

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

Общеобразовательные упражнения. Сгибание и разгибание рук. Круговые движения одной рукой. Движения плечами (вверх, вниз, вперед, назад). Движения кистями (сгибание и разгибание, приведение и отведение, круговые движения). Поочередные движения руками. Взмахи ногой вперед, назад и в сторону. Сгибание и разгибание ног в положении сидя. Приседание и переход в стойку на коленях. Вставание из седа, скрестив ноги. Наклоны туловища вперед и в стороны. Прв1жки на месте на обеих ногах скрестно. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед. Общеразвивающие упражнения с большими и малыми мячами, гимнастическими палками.

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

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

Упражнения с удержанием груза на голове (вес 150—200 г):

1. Удержать груз на голове, медленно присесть и встать.
2. То же с касанием пяток пальцами рук.
3. Стоя на одной ноге, поднять другую вперед и подтянуть к животу.
4. Ходьба боком по рейке гимнастической скамейки.
5. Передвижение вправо и влево по рейке гимнастической скамейки.

Упражнения для мышц стопы: 1. Ходьба на носках, высоко поднимая колени. 2. Ходьба на пятках (пальцы поднимать как можно выше). 3. Ходьба на наружных сторонах стоп (пальцы сжать, немного загребать носками). 4. Захватить пальцами правой ноги ручку скакалки, поднять ее и взять рукой; затем пальцами левой ноги взять ее из рук и положить на пол; то же выполнить в обратном порядке, 5. Сидя на скамейке, захватить сводами стоп какой-либо мелкий предмет (малый мяч, булаву и др.). 6. Сидя на скамейке, захватить сводами стоп обеих ног булаву, стоящую на полу, поднять и переставить влево; то же выполнить вправо.

Упражнения. Челночный бег (3х10 м). Бег на 30 м. Кросс без учета времени на 300 и 500 м. Многоскоки (8 прыжков - шагов с ноги на ногу. Лазание по канату с помощью ног, Метание теннисного мяча в цель. Полоса препятствий (из 10 видов упражнений). Плавание любым способом (12 или 25 м). Ходьба на лыжах 1—2 км.

Подвижные игры: «У медведя во бору», «Салки», «Мяч среднему», «Совушка», «Группа, смирно!», «Самый меткий», «Метко в цель», «Прыжки по полоскам», «Охотники и утки», «Зайцы, сторож и Жучка», «Волк во рву», «Попрыгунчики-воробушки», «Выбей водящего», «Зайцы в огороде», «Передача мячей в колоннах над головой», «Передача мячей

под ногами», «Команда быстроноги», «Октябрята».

ПРИМЕРНЫЕ КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Комплекс 1 1. И. п. - основная стойка; руки вверх-вперед. Выполнение. Подняться на носки (вдох); опускаясь на всю ступню, руки через стороны вниз — выдох (4 раза). 2. И. п. - стойка ноги врозь, руки на пояс. Выполнение. Поворот туловища направо, хлопок в ладони справа - и. п.; то же в другую сторону (4-6 раз). 5. Передвижение вправо и влево по рейке гимнастической скамейки.

Упражнения для мышц стопы: 1. Ходьба на носках, высоко поднимая колени. 2. Ходьба на пятках (пальцы поднимать как можно выше). 3. Ходьба на наружных сторонах стоп (пальцы сжать, немного загребать носками). 4. Захватить пальцами правой ноги ручку скакалки, поднять ее и взять рукой; затем пальцами левой ноги взять ее из рук и положить на пол; то же выполнить в обратном порядке, 5. Сидя на скамейке, захватить сводами стоп какой-либо мелкий предмет (малый мяч, булаву и др.). 6. Сидя на скамейке, захватить сводами стоп обеих ног булаву, стоящую на полу, поднять и переставить влево; то же выполнить вправо.

Упражнения. Челночный бег (3х10 м). Бег на 30 м. Кросс без учета времени на 300 и 500 м. Многоскоки (8 прыжков - шагов с ноги на ногу. Лазание по канату с помощью ног, Метание теннисного мяча в цель. Полоса препятствий (из 10 видов упражнений). Плавание любым способом (12 или 25 м). Ходьба на лыжах 1—2 км.

Подвижные игры: «У медведя во бору», «Салки», «Мяч среднему», «Совушка», «Группа, смирно!», «Самый меткий», «Метко в цель», «Прыжки по полоскам», «Охотники и утки», «Зайцы, сторож и Жучка», «Волк во рву», «Попрыгунчики-воробушки», «Выбей водящего», «Зайцы в огороде», «Передача мячей в колоннах над головой», «Передача мячей под ногами», «Команда быстроноги», «Октябрята».

ПРИМЕРНЫЕ КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Комплекс 1 1. И. п. - основная стойка; руки вверх-вперед. Выполнение. Подняться на носки (вдох); опускаясь на всю ступню, руки через стороны вниз - выдох (4 раза).

2. И. п. - стойка ноги врозь, руки на пояс. Выполнение. Поворот туловища И. п. - руки на пояс. Выполнение. Присед - руки вперед (6 раз).

3. И. п. - стойка ноги врозь, руки на пояс. Выполнение, наклон назад (вдох) - и. п. - выдох (4 раза).

4. И. п. - руки в стороны. Выполнение. Поднять правую ногу вперед, хлопок в ладоши под ногой - и. п.; то же левой ногой (6 раз).

5. И. п. - руки на пояс. Выполнение. Прыжки на обеих ногах с поворотом на 90° (24 прыжка); ходьба — 8 шагов на носках, 8 обычным шагом.

Комплекс 2

Общеразвивающие упражнения с футбольными мячами. И. п. - мяч в руках на уровне груди. В. 1. Броски мяча вверх на высоту до 1 м, ловля его обеими руками (4-5 раз). 2. Броски мяча вверх и ловля его обеими руками после хлопка в ладоши (4-5 раз). 3. Удары о землю (пол) и ловля мяча после отскока. В. Руки с мячом поднимаются вперед-вверх, отводятся немного назад за голову, сильным движением вперед-вниз мяч ударяется вертикально о землю, отскакивает от нее вверх (5-6 раз). 4. Бросок мяча в стенку, и ловля его после отскока. В. Встать лицом к стене на расстоянии 2-3 м, отвести руки вверх-назад за голову и бросить мяч вперед в стену перед собой (5-6 раз). 5. Броски мяча вверх, и ловля его обеими руками после приседа. В. Бросить мяч вверх, присесть, достать концами пальцев носки ног, выпрямиться, поймать мяч (5-6 раз).

Комплекс 3

1. Построение в одну шеренгу, перестроение из одной шеренги в круг, размыкание на вытянутые руки. Повороты на месте налево, направо.

2.Ходьба на внутренней и внешней стороне стопы, спортивная ходьба с изменением темпа движений (1-2 мин).

3. Бег с изменением направления и чередование бега с ходьбой – 150-200 м.

4. Общеразвивающие упражнения с набивными мячами (вес до 1 кг):

1) И. п.- стойка ноги врозь, мяч - внизу. Поднять мяч вперед-вверх (вдох), опустить вниз, вернуться в и. п. (выдох) (4 раза).

2) И. п. - основная стойка, мяч в руках впереди. В. Сгибая руки в локтевых суставах, коснуться мячом груди; вытягивая руки вперед, вернуться в и. п., (4-6 раз).

3) И. п. - стойка ноги врозь мяч вверху (выдох), В. Не сгибая ног, наклониться вперед и положить мяч на пол (выдох); выпрямляясь, руки через стороны вверх, хлопок в ладоши, смотреть на руки (вдох); опуская руки через стороны вниз, наклониться и взять мяч (выдох); поднять мяч вверх (вдох) - 4-6 раз.

4) И. п. - основная стойка, мяч в руках. В. Приседая, коснуться мячом пола, вернуться в и. п. (6 раз).

5. И. п. - стойка ноги врозь, мяч поддерживается на голове руками, согнутыми в локтевых суставах. В. Повороты туловища вправо; и. п. то же в другую сторону (3—4 раза).

6. И. п. - основная стойка, мяч на полу впереди. В, Прыжки на обеих ногах вокруг мяча, чередуя 8 прыжков вправо, 8 - влево (16 прыжков).

7. И. п. - основная стойка. В. Ходьба на месте с высоким подниманием бедра (10-15 сек).

Комплекс 4

Полоса препятствий на площадке: бег 10 м по прямой, преодоление «рва» (ширина 1 м) прыжком в «шаге», бег 10 м по прямой, подлезание под легкоатлетический барьер, метание трех теннисных мячей в цель с расстояния 10 м.

1.2. Техническая подготовка

Техника передвижения. Бег обычный, бег приставным шагом. Бег по прямой и с изменением направления, Прыжки: вверх, вверх—вперед, толчком одной и двумя ногами с места. Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу (от игрока, навстречу ему, справа или слева). Выполнение ударов на точность после остановки, ведения и обманных движений.

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

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

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

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

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

Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча с места из положений ноги вместе и ноги врозь. Вбрасывание мяча на точность: в ноги стоящему партнеру или ему на ход.

Техническая подготовка

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

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение игроков в играх на малых площадках в ограниченных составах 3х3, 4х4. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия пера и соперника. Выбор момента для

«открывания» с целью получения мяча. То же для «закрывания» соперника.

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

Тактическая подготовка

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

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения руками. Асимметричные движения руками. Общеразвивающие упражнения с волейбольными и футбольными, теннисными, набивными мячами, гимнастическими палками. Подтягивание прямого туловища из положения лежа на животе (или спине) на гимнастической скамейке, стоящей горизонтально, наклонно, под углом 30-40° (подтянувшись до уровня подбородка, занимающиеся поочередно перехватывают руки вперед (вверх) по скамейке).

Упражнения в равновесии на бревне: ходьба широким шагом, с хлопком под поднятой ногой, с перешагиванием через скакалку, быстрая ходьба.

Акробатические упражнения. Перекат назад из упора присев в упор на лопатках согнувшись. Перекат назад из седа в упор на лопатках согнувшись. Кувырок вперед из упора в упор присев и последующий прыжок вверх со взмахом рук.

Упражнения для формирования осанки. Упражнения с удержанием груза на голове (вес 150-200 г). В.

1. Повороты кругом сначала медленно, а затем быстро.
2. Стойка на носках, ноги на одной линии.
3. Приседания в положении ноги скрестно,
4. Стоя, ноги скрестно, правая — перед левой, повернуться влево крутом до положения левая нога перед правой; затем, поворачиваясь вправо, вернуться в и. п. То же выполнить в другую сторону (и, п.; левая нога перед правой).
5. Стоя, ноги скрестно, правая нога перед левой, приседая, повернуться влево кругом и сесть по-турецки. Вставая, повернуться вправо кругом и возвратиться в и. п.
6. Лазание по гимнастической стенке вверх и вниз.

Подвижные игры. «День и ночь», «Линейная эстафета с бегом», «Караси и щуки», «Подвижная цель», «Попади в мяч», «Альпинисты», «Прыжки через движущуюся скакалку», «Гонка мячей по кругу», «Птица без гнезда», «Тяни в круг», «Защита укрепления», «Прыжки по кочкам», «Бой петухов», «Прыжок за прыжком», «Перестрелка».

ПРИМЕРНЫЕ КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Комплекс 1

1. Построение в одну шеренгу. Повороты на месте налево, направо, кругом.
2. Ходьба с изменением темпа движений, на носках, пятках, с перекатом с пятки на носок (1-2 мин).
3. Бег по кругу в чередовании с ходьбой - 250-300 м.
4. Общеразвивающие упражнения без предметов;

1) И. п. - о. с; руки вверх-вперед. В. Подняться на носки (вдох), опускаясь на всю ступню, руки через стороны вниз (выдох) (6 раз).

2) И. п. - стойка ноги врозь, руки на пояс. В. Поворот туловища направо, хлопок в ладони справа, и. п.; то же в другую сторону (6-8 раз).

3) И. п. - руки на пояс. В. Присед. - руки вперед (8 раз).

4) И. п. - стойка ноги врозь, руки на пояс. В. Наклон назад (вдох) и. п. (выдох) - (6 раз).

5) И. п. - руки в стороны. В. Поднять правую ногу вперед, хлопок в ладоши под ногой, и. п. то же левой ногой (8 раз).

6) И. п. - руки на пояс. В. Прыжки на обеих ногах с поворотом на 90° (32 прыжка);

ходьба - 8 шагов на носках, 8 обычных.

Комплекс 2

1. Построение в одну шеренгу, перестроение из одной шеренги в две. Повороты на месте налево, направо, кругом.

2. Ходьба с изменением темпа движений, ходьба с перекатом с пятки на носок, спортивная ходьба (1-2 мин).

3. Бег по кругу с чередованием с ходьбой - 250-300 м.

4. Общеразвивающие упражнения с теннисными мячами: 1) Броски мяча вверх на высоту до 2 м, ловля его обеими руками (6-8 раз). 2) Броски мяча вверх и ловля его обеими руками после хлопка в ладоши (6-8 раз). 3) Удары о землю пол и ловля мяча после отскока, В. Руки с мячом поднимаются вперед-вверх, отводятся немного назад за голову, сильным движением вперед-вниз мяч ударяется вертикально о землю, отскакивает от нее вверх (6-8 раз). 4) Удары мяча в стенку и ловля его после отскока. В. Встать лицом к стене на расстоянии 2-3 м, отвести руки вверх-назад за голову и бросить мяч вперед в стенку перед собой (6-8 раз). 5) Броски мяча вверх и ловля его обеими руками после приседа. В, Бросить мяч вверх, присесть, достать концами пальцев носки ног, выпрямиться, поймать мяч (6-8 раз).

Комплекс 3

1. Построение в одну шеренгу, перестроение из одной шеренги в круг, размыкание на вытянутых руках. Повороты на месте налево, направо, кругом.

2. Ходьба на внутренней и внешней стороне стопы, спортивная ходьба с изменением темпа движений (1-2 мин).

3. Бег с изменением направления в чередовании с ходьбой - 250-300 м.

Общеразвивающие упражнения с набивными мячами (вес до 1,5 кг): 1) И. п. - стойка ноги врозь, мяч - внизу. В. Поднять мяч вперед-вверх (вдох), опустить вниз, вернуться в и. п. (выдох) - 6 раз. 2) И. п. - о. с, мяч в руках впереди. В, Сгибая руки в локтевых суставах, коснуться мячом груди, вытягивая руки вперед, вернуться в и. п. (6-8 раз). 3) И. п. - стойка ноги врозь, мяч верху (вдох). Не сгибая ног, наклониться вперед и положить мяч на пол (выдох); выпрямляясь, руки через стороны вверх, хлопок в ладоши, смотреть на руки (вдох); опуская руки через стороны вниз, наклониться и взять мяч (выдох); поднять мяч вверх (вдох) (6-8 раз). 4) И. п. - основная стойка, мяч в руках. В. Приседая, коснуться мячом пола, вернуться в и. п. (8 раз). 5) И. п. - стойка ноги врозь, мяч поддерживается на голове руками, согнутыми в локтевых суставах. В.-Повороты туловища вправо; и. п. - то же в другую сторону (5-6 раз). 6) И. п. - о. с, мяч на полу впереди, В. Прыжки на обеих ногах вокруг мяча, чередуя 8 прыжков вправо, 8 - влево (32 прыжка). Ходьба на месте с высоким подниманием бедра (10-15 сек).

Комплекс 4

Полоса препятствий на площадке: бег 10 м по прямой, преодоление «рва» (ширина 1,2м), прыжки в «шаге», бег 10 м по прямой, подлезание под легкоатлетический барьер, метание трех теннисных мячей в цель с расстояния 10 м.

Комплекс 5

Полоса препятствий в зале: 3 кувырка вперед из положения упор, присев до упора сидя, прыжок в длину с места толчком обеих ног, через «ров» (ширина 1,2 м), бег с поворотом, ходьба (руки на поясе) по наклонной гимнастической скамейке, установленной под углом 30° к гимнастической стенке; переход на гимнастическую стенку и спуск вниз.

1.5. Техническая подготовка

Техника передвижения. Бег спиной вперед. Бег окрестными шагами. Бег дугами.

Прыжки: вверх-вправо и вверх-влево, толчком одной ногой с разбега. Повороты: переступанием и прыжком.

Остановки во время бега выпадом и прыжком.

Удары по мячу ногой. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Выполнение удара на точность: в ворота, партнеру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба в прыжке с места и с разбега по летящему навстречу мячу. Удары серединой лба без прыжка с места и с разбега на точность: в ворота, партнеру.

Остановка мяча. Остановка опускающегося мяча серединой подъема. Остановка мяча изученными способами, подготавливая его для последующих действий и прикрывая туловищем.

Ведение мяча. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема, меняя направление движения, между движущимися партнерами, изменяя скорость передвижения.

Обманные движения. Финт «уход» от соперника выпадом (при атаке соперника показать туловищем движение в одну сторону и рывком уйти в сторону).

Отбор мяча. Отбор мяча у соперника толчком плеча в плечо.

Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из положения «в шаге». Вбрасывание мяча на точность: в ноги или на ход партнеру.

Техника игры вратаря. Основная стойка. Передвижение в воротах без мяча в сторону окрестным, приставным шагом и скачками. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке.

Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения и с падением.

Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места.

Отбивание мяча двумя руками без прыжка и в прыжке е места. Бросок мяча одной рукой снизу и из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногой: с земли и с рук на точность.

Тактическая подготовка

ТАКТИКА НАПАДЕНИЯ

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

на малых площадках в ограниченных составах — 3х3, 4х4, 5х5, 6х6 — при атаке. Выполнение нападающими игровых функций. Выработка умения ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия партнера к соперника,

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

ТАКТИКА ЗАЩИТЫ

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

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

ТАКТИКА ВРАТАРЯ

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

Содержание и методика проведения контрольных испытаний.

1. Нормативы по технической подготовке производится в соответствии с положени-

ем в процессе соревнований или учебно-тренировочных занятий, специально этому посвященных.

2. Удар по мячу на дальность. Удар по мячу на дальность выполняется правой и левой ногой по неподвижному мячу с разбега любым способом. Измерение дальности полета мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю. Ширина коридора, в зоне которого зачитывается результат, 8 м. Для удара каждой ногой предоставляется по три попытки. Конечный результат определяется по сумме ударов обеими ногами.

3. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам. Ведение мяча на расстоянии Юм; обводка змейкой трех стоек, поставленных на 12-метровом отрезке; удар в цель (2,5х1,2 м) с расстояния 7 м. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае, если мяч не попал в цель, упражнение не засчитывается. Делаются три попытки. Учитывается лучший результат.

Бег 30 м с ведением мяча. Упражнение выполняется с высокого старта; мяч разрешается вести любым способом, делая на отрезке не менее трех касаний мяча. Упражнение считается законченным, когда игрок пересечет линию финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта и число касаний мяча, а судья на финише — время бега.

Жонглирование мячом. Выполняются попеременно удары правой и левой ногой. Удары выполняются любым способом без повторения удара (одной ногой) более двух раз подряд, на выполнение упражнения даются три попытки.

Нормативные требования, содержание и методика проведения контрольных испытаний.

№ п/п	Содержание требований	1 год обучения (8-9 лет)	2-3 год обучения (10-11 лет)
	1. Упражнения и нормы по общей физической подготовке		
1.	Челночный бег 3х10 или бег 30 м с высокого	10,0	9,5
2.	старта(сек)	6,0	5,5
	Метание теннисного мяча в цель с 6 м из трех попыток (количество попаданий).	1	2
3.	Кросс без учета времени (м)	300	500
4.	Многоскоки (8 прыжков-шагов с ноги на ногу) (м)	10,5	12,5
5.	Лазание по канату с помощью ног (м)	1,5	2
6.	Ходьба на лыжах (км)	1	2
7.	Плавание (любым способом) (м)	12	25
8.	Полоса препятствий (количество баллов)	7	9
	2. Упражнения и нормы по специальной физической и технической подготовке		
1,	Удар по мячу на дальность (м)	24	28
2.	Комплексное упражнение: ведение 10 м, обводка трех стоек, поставленных на расстоянии 12 метровом отрезке, с последующим ударом в цель (2,5х1,2 м) с расстояния 6 м - из трех попыток (сек.)	12	9,5
5.	Бег на 30 м с ведением мяча (сек.)	-	6,5
4.	Жонглирование мячом ногами (количество ударов)	-	8

Эффективность воспитательной работы с юными футболистами во многом зависит от четкости ее планирования, от умения педагога ставить правильные задачи и использования для их решения достаточно широкого и разнообразного арсенала форм, средств и методов. Для каждой учебной группы составляется годовой план воспитательной работы.

Педагоги, работающие с учащимися 8-11 лет, должны стремиться к тому, чтобы в ходе учебно-тренировочного процесса формировать у учащихся сознательное, творческое отношение к труду; высокую организованность и требовательность к себе, чувство ответственности за порученное дело; бережное отношение к инвентарю, оборудованию и спортивной форме. Главными воспитывающими факторами в этой работе должны быть личный пример и педагогическое мастерство, четкая организация учебно-тренировочной работы, товарищеская взаимопомощь и взаимотребовательность, формирование и укрепление коллектива.

Определенное место в воспитательном процессе с юными футболистами отводится соревнованиям. Напряженная атмосфера соревнований способствует формированию у детей бойцовских качеств, чувства товарищества, уважения к соперникам. В ходе соревнований также проверяется устойчивость технических навыков, тактическая смекалка, физическая подготовленность.

Теоретическая подготовка.

Примерный перечень тем занятий и количество часов на их изучение:

№ п/п	Тема	Всего часов	Годы обучения	
			1-ый	2-ой
1.	Физическая культура - основа здорового образа жизни.	1	0 5	0,5
	Единая спортивная классификация	1	0,5	0,5
	Личная и общественная гигиена	2	1,0	1,0
	Закаливание организма юного спортсмена	2	1,0	1,0
	Самоконтроль в процессе занятий спортом	2	1,0	1,0
	Общая характеристика спортивной тренировки юных спортсменов	2	1	1
	Средства спортивной тренировки	2	1	1
	Физическая подготовка юного спортсмена	2	1	1
	Техническая подготовка юного спортсмена	2	1	1
	Тактическая подготовка юного спортсмена	2	1	1
	Правила соревнований	1	0,5	0,5
	Итого:	**19**	**9,5**	**9,5**

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ГРУППЫ

Второй этап обучения - это 4-6 годы (УТГ - учебно-тренировочные группы), отличающийся углубленным обучением технике с применением специальных средств, которые, с учетом специфики футбола, должны быть максимально приближены к реальным условиям игры. Упражнения, применяемые в обучении, характеризуются большим количеством соединений, связок, сопротивлений, быстрой сменой условий и движений, которые преследуют стабилизацию техники в условиях, близких к соревновательным. Физическая подготовка футболистов на этом этапе обучения строится с учетом направленного воздействия на необходимые для футбола качества.

К обучению сложным двигательным действиям следует приступать только тогда, когда соответствующие подводящие упражнения в достаточной степени отработаны. Иначе говоря, подводящие упражнения должны переходить в развивающие. К этому времени тренировочный процесс становится более интенсивным, и игроки должны действовать не только по заранее обдуманному плану, но и творить во время игры, правильно действовать в самых непредвиденных ситуациях, на фоне больших физических и волевых напряжений.

Для учебно-тренировочных групп в тренировочном процессе решающей становится интенсивность, где основным принципом является методическая связь технической подготовки с физической и тактической. Значительно возрастает время, отводимое на групповые и командно-тактические действия, а также последовательное усложнение упражнений: ограничением числа касаний мяча, ограничением игрового пространства, ограничением времени на атакующие и защитные действия, обязательным использованием того или иного технического элемента и, т, д.

В программе предложены различные варианты двусторонних игр, квадратов, упражнений коллективных действий, поскольку в игре вся огромная работа над техникой приобретает новые свойства - технико-тактические, и, несомненно, что только в команде футболист учится взаимопониманию, и только в команде может самореализовываться талант футболиста.

В играх характерно не только последовательное выполнение многих приемов в самых разных комбинациях и условиях, но, что особенно важно, осуществление технических приемов происходит в возможно короткое время. Таким образом, главной задачей коллективных упражнений и игр является совершенствование умения сочетать максимальную скорость исполнения технических приемов со скоростью ведения игры.

Максимальная скорость выполнения приемов при максимальной интенсивности предъявляет значительные требования к специальной выносливости. С этой целью в пособии приведены данные о нагрузке тренировочных средств, что позволит оптимально распределить их в тренировочном процессе.

Во время обучения с ростом уровня подготовленности техника изменяется в сторону большей индивидуализации, поскольку настоящее техническое мастерство всегда индивидуально. Поэтому, закладывая школу техники, педагог должен предложить обучающемуся различные варианты выполнения упражнений, из которых впоследствии будут выбираться наиболее рациональные. При совершенствовании мастерства каждого молодого футболиста нужно выявить его сильные стороны и направленно развивать их, чтобы создать яркую индивидуальность.

Высокую степень обученности в футболе добиться очень сложно, и сложность ее заключается, прежде всего, в специфике игры и разновидности взаимосвязей многих ее компонентов. А результат такой многолетней работы - многообещающий футболист, который должен нас удивить своей техничной и, конечно, нестандартной игрой.

Наполняемость учебно-тренировочных групп и режим учебно-методической работы:

Год обучения	Возраст учащихся	Минимальное количество учащихся в группе	Максимальн. количество учебных часов в неделю	Требования по спортивной подготовке на конец учебного года
4-й	14 - 15 лет	15	9-12	Выполнить контрольно - нормативные требования программы
5-й	16 лет и старше	15	9-12	

2.1. Методика и планирование технической подготовки.

Техническое обучение следует рассматривать как длительный процесс, который разделяется по годам обучения (причем каждый год циклически повторяет программу, но на качественно более высоком уровне, и поэтому особое место в нем должно занимать планирование). Со стороны тренера планирование процесса обучения предусматривает творческий подход в управлении им, а также поиск средств, создающих основу для последующих решений.

Под управлением учебным процессом подразумевается правильное сочетание и дозировка тренировочных средств с учетом конкретных целей и задач, как на текущий год, так и на отдельные этапы подготовки. И от того, правильно ли намечена перспектива роста юного футболиста, рационально ли спланирована подготовка, во многом будут зависеть темпы его спортивных достижений.

Естественен вопрос, в чем заключается творчество тренера? А в том, чтобы подобрать необходимые варианты моделей, определяющих направленность урока, составить оптимальное их чередование и правильное сочетание, и добавить свое профессиональное понимание и видение игры,

Одним словом, план должен быть конкретизирован в зависимости от условий и задач, в которых работает тренер.

Эффективность работы тренера, прежде всего, зависит от умения правильно построить практическую часть тренировки, в которой у занимающихся воспитываются технические навыки. Одно занятие по технической подготовке предусматривает применение не более 2-х моделей, носящих, по возможности, разноплановый характер. Перерыв в 5 -10 минут между моделями необходим как для занимающихся, так и для педагога. Занимающихся необходимо отвлечь, переключить их внимание с ранее изучаемого элемента или двигательного действия, дать упражнения на расслабление или, при необходимости, дать подводящие упражнения, способствующие освоению следующей модели. Как один из вариантов можно

предложить несколько упражнений на жонглирование с различными задачами. Тренеру необходима пауза для того, чтобы подготовиться к прохождению следующего элемента, подготовить оборудование, произвести разметку и. т. д. В одно тренировочное занятие по овладению техникой рекомендуется включать разучивание не более одного элемента или приема.

В футболе, как и в других видах спорта, есть общие методические принципы построения и сочетания занятий по направленности во время одной тренировки и в течение недельного цикла. Однако при работе над техникой они имеют свои особенности, поскольку разные этапы подготовки преследуют свои цели.

Планируя техническую подготовку, следует придерживаться принципа, согласно которому на разных этапах обучения она занимает разное положение среди других видов подготовки. Рассмотрим планирование и построение тренировочных занятий на этапе начального обучения, где техническая подготовка занимает ведущее место.

Сразу заметим, что в моделях не указано число повторений и продолжительность упражнений, поскольку усваиваемость и приспосабливаемость у детей разная и дозировка

упражнений должна быть в полной компетенции тренера. Как правило, разучивание нового элемента приходится на начало основной части занятия, первый модельный комплекс упражнений преследует, в основном, разучивание нового материала, второй -закрепление пройденного или развитие физических качеств. Разучивание проходит в облегченных условиях и особое внимание тренер должен уделять устранению ненужных движений и мышечных напряжений, - ведь техника будет эффективна, если движения ее рациональны и целенаправленны.

В подборе упражнений педагог должен следить за их сложностью, доступностью, то есть необходим подбор упражнений, соответствующий уровню подготовленности занимающихся, а по содержанию обеспечивающий непрерывность учебного процесса. По сложности упражнения должны следовать по нарастающей, но необходимо помнить, что первое упражнение должно быть простым и понятным для всех занимающихся. Педагог должен добиться плотности занятий, чтобы переход от одного упражнения к другому не превышал 5 - 10 секунд. Каждая применяемая модель занятия должна иметь четкую начальную установку и логическое ее завершение.

На этапе технического совершенствования необходимо добиться высокой степени надежности применения технических приемов к сложной игровой обстановке. Для этого упражнения наполняются множеством сбивающих факторов, которые не тормозили бы, а помогали стабилизировать техническую подготовку, ведь любая выбранная нами тактика должна быть обеспечена высоким уровнем технической подготовленности.

Если на начальном этапе разучивание и обучение всегда проходило в начале основной части занятия, то на этапе технического совершенствования такая последовательность не обязательна. Закрепление изучаемого элемента или приема можно дать на фоне утомления и использовать нагрузку для повышения устойчивости технических навыков.

Тренер, приступая к планированию, должен видеть четкую перспективу работы по всем разделам воспитания и подготовки. Имея перед собой целевые задачи, составляется график, в котором отображается содержание и последовательность задач тренировок, их взаимодействие между собой. В соревновательный период в графике планируются не только виды подготовки, но и игры, которые можно оценить по сложности и нагрузке, поскольку тренировки в этом возрасте должны быть частично направлены на подготовку к предстоящим матчам.

График должен согласовать все содержание учебно-тренировочного процесса, что даст возможность отчетливо видеть и управлять ходом занятий. Тренировочный процесс может и должен корректироваться, поскольку в системе тренировок процесс всегда отклоняется от оптимального режима.

Чтобы создать целостный цикл изучения материала, как в недельном, так и в месячном периодах тренировок, педагогу необходимо обеспечить оптимальное воздействие тренировочных занятий разной направленности, поэтому необходимо отметить некоторые особенности составления программы.

При планировании тренировок по дням нужно учитывать: 1) распределение оптимальной повторяемости моделей по дням; 2) влияние каждого тренировочного занятия на последующие, иначе говоря, воздействие каждого последующего занятия в процессе тренировок должно наслаиваться на следы от воздействия предыдущего. Одно тренировочное занятие, проведенное на самом высоком педагогическом уровне, ничего из себя не представляет, и тренировочный эффект будет минимальным, если нет согласованности и последовательности всего процесса обучения.

Такой дифференцированный подход к планированию тренировочных занятий и использование предлагаемых моделей способствует значительному раскрытию технических способностей будущих футболистов. И совершенно очевидно, что, зная принципы многолетней тренировки, следует планировать, что и как делать, а не то, что из этого должно получиться.

Процесс совершенствования технической подготовки является постоянным, он никогда не завершается, и требуется постоянный поиск более эффективных, средств для его реализации. Однако это возможно только при условии, что в процессе подготовки будут при-

меняться современные методы обучения и тренировки.

2.2. Упражнения программного обучения.

Подготовка футболиста связана с рядом специфических трудностей. Помимо сложной и трудной техники футбола, приходится решать большое количество двигательных задач. Постоянная изменчивость ситуации, высокая насыщенность элементами и приемами, большая плотность их выполнения -эти все составляющие игры необходимо перенести в тренировочный процесс. И поэтому на тренера возлагается ответственная задача - кропотливый поиск и подбор упражнений, способствующих развитию вышеуказанных качеств. Ведь для того, чтобы польза от выполнения была высока, упражнения должны отвечать определенным требованиям, они должны быть доступны, наглядны и

последовательны, а исполнение их должно быть качественным, чтобы искусственный характер футбольной техники постепенно становился естественным. Каждое упражнение должно обеспечить максимальную отдачу, последовательно наращивая главное - скоростную динамику выполнения приемов.

Для эффективной работы тренеру - практику необходим банк большого количества специальных упражнений, поскольку к каждому этапу подготовки предъявляются свои конкретные требования, где тренер должен руководствоваться не только логикой усвоения, но и степенью готовности группы.

Задача начальной подготовки - обучить занимающихся обширному кругу двигательных действий, то есть создать хорошую базу для усвоения технических навыков и приемов. Задача этапа специализации - обеспечить развитие специфических качеств футболиста.

Как организационно - методическую форму для групп начальной подготовки можно рассматривать упражнения неспециального характера, например, различные эстафеты, подвижные и спортивные игры и. т. д., которые должны способствовать развитию двигательных навыков, а также физических качеств: быстроты, силы, гибкости, ловкости. Игры наиболее полезны и эффективны для начинающих юных футболистов, поскольку внимание их не сосредотачивается на физической нагрузке, их привлекает двигательная активность и азартность игры. Они часто остаются равнодушны к такой, например, цели, как овладение техникой движения, потому что для них не совсем ясен смысл этой длительной кропотливой работы, и здесь необходимо воспользоваться этой предрасположенностью детей, развивать ее и дать возможность проявить себя, свои потенциальные возможности и способности.

В данной программе автор не ставил своей задачей дать перечень или комплексы упражнений для начальной подготовки, поскольку они известны, и как правило, у тренера не возникает сложностей при их выборе.

На этапе специализации упражнения отличаются конкретностью цели каждого занятия и приобретают все более специфический характер. Круг тренировочных средств по сравнению с предыдущим этапом расширяется за счет большего количества упражнений с мячом. И в этот период от тренера требуется высокое мастерство управления тренировочно - соревновательной деятельностью, чтобы планомерно и качественно готовить игроков.

Настоящая программа ориентирована на подготовку футболистов высокой квалификации, этим и определяется выбор упражнений для групп совершенствования, часть которых в техническом исполнении подходит только командам мастеров. Здесь цель одна - педагог и игроки должны видеть уровень сложности будущих занятий и готовиться к ним.

В программе в последовательной форме излагается набор средств, необходимых для ее освоения. Применяемые средства подобраны экспериментальным путем и являются наиболее оптимальными. Педагог, в свою очередь, добавит то необходимое, что он считает нужным для успешной реализации программы, и, наверное, самое сложное - научит понимать игру и самостоятельно ею управлять.

В программе предложены варианты проведения круговой тренировки футболистов. Круговая тренировка не обязательно должна проводиться в залах, она может проводиться и на футбольном поле, что позволяет использовать всех занимающихся дает возможность более четко дозировать объем и регулировать направленность тренировки. Количество упражнений и их направленность подбирает педагог в зависимости от поставленных целей.

Выбирая и составляя комплексы, необходимо учитывать индивидуальные особенности, возможности и специфику игроков, а футболисты могут получить одинаковые задания, но с разной нагрузкой, и, конечно, можно давать игрокам задания с разной направленностью, но с одинаковой нагрузкой.

Как вариант комплекса круговой тренировки можно предложить разучивание стандартных тактических комбинаций при угловом, свободном,
штрафном ударах, а также характерные для команды игровые ситуации и варианты их решения.

К особенностям подбора упражнений круговой тренировки относятся:

1) освоенность применяемых упражнений;

2) четкая последовательность упражнений по станциям. Без четкого определения комплексов упражнений, без учета воздействия применяемых средств невозможно обеспечить полное и эффективное обучение.

Процесс автоматизации навыков требует очень много сил и времени. Но даже самые прочно усвоенные навыки на тренировках не гарантируют достаточно свободное использование их в игре. Поэтому все наработанное в тренировочных занятиях необходимо перенести в игру, где оно будет закрепляться и совершенствоваться в игровых условиях. Игровая подготовка также классифицирована, поскольку как игра в нападении и в защите требуют разных методов и подходов тренировки, так и техника, и тактика игры в футболе на поле малых и больших размеров существенно различаются.

Многообразие требований, предъявляемых к игрокам всех линий и позиций, заставляет тренера постоянно заниматься выбором и дифференциацией необходимых средств. Для этого в программе подобраны упражнения, в которых моделируются различные игровые моменты к ситуации, а также упражнения с учетом игровой специализации и игровых функций футболиста в команде. Это позволит избежать напрасной траты времени на поиск необходимых тренировочных средств для организации занятий. Конкретное знание средств поможет моделировать наиболее часто встречающиеся игровые ситуации, присущие конкретному противнику, а также, составляя "досье" на команду противника, моделировать его игровую деятельность.

В программу также включены упражнения из основного арсенала тактических действий в футболе, овладение которыми позволит максимально использовать в игре свою техническую оснащенность, поскольку даже в одной игре хорошая команда должна иметь в запасе несколько вариантов защиты и нападения.

Обучение тактическим действиям начинается с простых элементов, которые по годам обучения усложняются и объединяются в комплексы тактических комбинаций. Усложнение внешних условий можно проводить, изменяя общее время тренировки, размеры игрового поля, скорость выполнения тактических задач, а также введение активного противника.

В программе приведен самый минимум технико-тактических упражнений для успешного изучения программного материала. И, конечно, как у хорошего футболиста должен быть запас таланта, так и у педагога должны быть те самые сокровенные средства, с помощью которых он поможет раскрыться способностям игрока и команды в целом.

Дальнейший поиск в этом направлении видится в составлении программных моделей индивидуальной подготовки, где упражнения подбираются на основе присущих футболистам различий, где главным действующим лицом будет молодой футболист с его характерными и только ему присущими качествами и, конечно, в подборе специальных упражнений под рисунок, систему, схему игры всей команды в целом.

2.3. Контроль технической подготовки.

В большинстве видов спортивных игр методы измерения технической подготовленности еще не определены. Программные контрольные нормативы необходимы, но они не могут в полной мере отразить уровень и качество обучения. Контроль и оценка должны определять, в первую очередь, полноценность осуществления тренировочного процесса определенного года обучения, а также эффективность применяемых методов и средств.

Контрольные оценки технической подготовки отражают уровень выполнения от-

дельных элементов и футбольных приемов в целом, в которых важны не только правильность формы движений, но и целостность действий, экономичность, стабильность выполнения.

Контроль за технической подготовкой футболистов - обязательная часть процесса тренировки, и его можно проводить несколькими путями. Они должны быть конкретными для каждого года обучения и выражаться, по возможности, в численных показателях, характеризующих достижения.

На этапе начального обучения модель можно использовать как контрольный тест, по которому оценивается не только степень усвоения программного материала, но и выясняется, какой материал недостаточно прочно усвоен. Можно повторить тест (модель) через некоторое время, чтобы увидеть уровень устойчивости обученных приемов и действий.

На этапе совершенствования для оценки уровня техники используются другие показатели:

1) объем техники, или количество действий, которые делает футболист в игре;

2) разнообразие действий в игре;

3) эффективность и надежность техники, и, конечно, скоростное ее выполнение.

Результаты педагогического контроля, полученные визуальным путем, фиксируется в виде таблиц. Это позволяет определить степень усвоения нового приема или элемента. Оценка проводится по 5-балльной системе для получения объективной информации о контроле за процессом обучения. Без текущего контроля за ходом процесса обучения невозможно выявить типичные недостатки, предупредить ошибочные действия и технические пробелы. Нарушение или отсутствие обратной связи делает систему обучения слабо управляемой или вообще неуправляемой.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бриль М. С. Отбор в спортивных играх. М., ФиС, 1980.
2. Гагаева Г. М. Психология футбола. М., ФиС, 1969.
3. Короткое И. М. Подвижные игры в занятиях спортом. М., Фис, 1971.
4. Филин В. П., Фомин Р. А. Основы юношеского спорта. М., ФиС, 1980.
5. Андреев С. Н. Мини-футбол. М., ФиС; 1978.
6. Гриндлер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. М.,ФиС, 1976.
7. Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. М., ФиС, 1971.
8. Футбол. Учебное пособие для тренеров, 2-е изд. М., ФиС, 1969.
9. Футбол. Учебник для институтов физической культуры. М., ФиС, 1978.
10. Чанади А. Футбол. Техника. М., ФиС, 1978.
11. Чанади А. Футбол. Стратегия. М., ФиС, 1989.
12. Шурухина В,К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме продленного дня. М., «Просвещение», 1980.
13. Программа по физической культуре для IV—X классов общеобразовательной школы. М., «Просвещение», 1983.
14. Основы управления подготовкой юных спортсменов. Под общей ред. Набагниковой М.Я. М., ФиС, 1982.
15. Юный футболист. Учебное пособие для тренеров. Под общей ред. Лаптева А. П. и Сучилина А.А. М., ФиС, 1983:
16. Волков В. М., Филин В. П. Спортивный отбор. М., ФиС, 1983.
17. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Пособие для тренеров спортивных школ. Под общей ред. Буйлина Ю.Ф. и Курамшина Ю.Ф. М., ФиС, 1981.
18. Физическая культура в школе. Методика уроков в I—III классах. Под ред. Богданова Г.П. М., «Просвещение», 1971.