

**Муниципальное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 3 г. Ершова Саратовской  
области»**

ПРИНЯТА  
на заседании педагогического совета  
МОУ «СОШ № 3 г. Ершова  
Саратовской области»  
протокол № 12 от 28.03.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ «СОШ № 3 г. Ершова  
Саратовской области»  
А.В. Широкова  
приказ № 133 от 01.04.2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
спортивной направленности**

**«МИНИ-ФУТБОЛ»**

Возраст обучающихся - 11 - 13 лет  
Срок реализации – 72 часа

Автор - составитель:  
Усенин Дмитрий Павлович,  
педагог дополнительного образования

г. Ершов, 2024 год

## РАЗДЕЛ №1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

### 1.1. Пояснительная записка

Мини-футбол – это командная спортивная игра. От классического большого футбола данный вид спорта отличается продолжительностью матча, правилами, размерами поля и численностью игроков. Мини-футбол - один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в мини-футбол, необходимо уметь быстро бегать, обладать силой, ловкостью и выносливостью.

МОУ «СОШ № 3 г. Ершова Саратовской области» разработана в рамках **физкультурно-спортивной направленности в соответствии с**

- «Законом об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 года №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- «Правила персонифицированного дополнительного образования в Саратовской области, п.53» (утверждённые приказом Министерства образования Саратовской области от 21.05.2019 г. №1077, с изменениями от 14.02.2020 г., от 12.08.2020 г.)
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (пр. Министерства образования и науки РФ от 27 июля 2022 г. № 629)
- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МОУ «СОШ № 3 г. Ершова Саратовской области»

Так как в течение учебного года возникает непреодолимая сила, или форс-мажор – обстоятельства (эпидемия, карантин, погодные условия и прочее), не позволяющие осуществлять обучение в обычной (очной) форме, программа реализуется с помощью электронных (дистанционных) технологий.

**Актуальность программы.** Занятия мини-футболом способствуют общему физическому развитию, оказывают оздоровительное воздействие на организм: повышают иммунитет, укрепляют костно-мышечную систему, исправляют осанку.

**Новизна** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы состоит в её мобильности. За тренировочное время создаётся мини-футбольная команда, которая может практически показать свои умения.

**Педагогическая целесообразность** данной образовательной программы обусловлена важностью создания условий для формирования у обучающихся навыков пространственного мышления, которые необходимы для успешного интеллектуального развития ребенка. Предлагаемая система занятий позволит детям удовлетворить свои познавательные, спортивные интересы, патриотизм, расширить информированность в данной области, обогатить навыки владения мячом и приобрести умения работать в команде.

**Отличительная особенность программы** заключается в том, что она ориентирована на применение широкого комплекса различного дополнительного материала по спортивной деятельности. Доступность игры широким слоям населения, эмоциональные особенности прохождения игр или упражнений с мячом позволяют использовать мини-футбол в качестве средств активного отдыха.

**Адресат, возрастные особенности обучающихся.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» рассчитана на детей в возрасте от 11 до 13 лет.

**11-13 лет** - в этот период происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. Ребенок быстро растет (5-6, а то и 10 см в год). С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений (говорят: стал таким неуклюжим). Развитие нервной и сердечно-сосудистой систем не всегда успевает за интенсивным ростом, что может при большой физической нагрузке приводить к обморокам и головокружению.

Повышается возбудимость нервной системы под влиянием усиленного функционирования желез внутренней секреции. В этом возрасте нередко появляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость (дети порой сами не понимают, что с ними происходит, что побуждает их на ту или иную реакцию). Появляется острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности - оно исходит из желания быть и считаться взрослым.

Эмоциональное состояние характеризуется силой чувств и трудностью в управлении ими. «Пусть ваш воспитанник будет ершистым, непокорным, своевольным - это несравненно лучше, чем безмолвная покорность, безволие. Безволие, никчемность - родная сестра подлости». Эмоциональные переживания носят устойчивый характер, они долго помнят обиду и несправедливость. Наблюдается взаимное отрицание полов, каждый живет своим миром. Но затем это желание сменяется заинтересованностью, которая тщательно скрывается.

Рекомендуемый минимальный состав 15 человек.

**Сроки и объём освоения программы.** Объём образовательной программы рассчитан на 72 часа, рассчитана на 1 год обучения.

**Режим занятий.** Обучение детей проводится 2 раза в неделю по 1 часу. Продолжительность учебного часа - 40 минут.

### **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** привлечение обучающихся к практическим занятиям по мини-футболу.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- знакомить обучающихся с основами мини-футбола;
- учить навыкам, приемам, технико-тактическим действиям и правилам игры в мини-футбол.

**Развивающие:**

- развивать устойчивый интерес к занятиям мини-футбола.

**Воспитательные:**

- формировать волевые и моральные качества обучающихся в ходе игры;
- формировать позитивное общение друг с другом.

### **1.3. Планируемые результаты**

В результате обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мини-футбол» обучающиеся должны **знать:**

**предметные результаты:**

- основы мини-футбола;
- правила игры мини-футбола;
- навыки и приемы игры, технико-тактические действия;

**уметь:**

- применять на практике полученные навыки и приёмы, технико-тактические действия игры в мини-футбол;
- владеть мячом.

**Метапредметные:**

- созданы условия для развития устойчивого интереса к занятиям мини-футболом.

**Личностные:**

- развиты спортивные способности и умения.
- созданы условия для соревнований, в которых обучающийся должен уважать игру партнера

### **1.4. Содержание программы**

**Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол»**

№	Тема	Обще е кол-	Теория	Практика	Форма аттестации
---	------	----------------	--------	----------	------------------

		во часов			
<b>Модуль 1. «Мини-футбол» 72 часа</b>					
1	Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта	1	1	-	Опрос (Очно/дистанционно)
2	Общая физическая подготовка	10	2	8	Мини-соревнование/ онлайн соревнования (Очно/дистанционно)
3	Специальная физическая подготовка	10	2	8	Тестирование (Очно/дистанционно)
4	Техническая подготовка	16	1	15	Мини-соревнование (Очно/дистанционно)
5	Тактическая подготовка	16	1	15	Наблюдение за правильным выполнением заданий (Очно/дистанционно)
6	Игровая подготовка	9	1	8	Наблюдение, соревнования (Очно/дистанционно)
7	Участие в соревнованиях	10	-	10	Соревнование (Очно/ работа в соцсетях)
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>8</b>	<b>64</b>	

**Содержание учебного плана  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
«Мини-футбол»**

**Модуль №1. «Мини-футбол» 72 часа**

**1. Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта. 1 час**

**Теория.** (Очно/дистанционно) Введение. История развития футбола в России. Понятия о гигиенических требованиях к телу. Понятия о самоконтроле. Режим дня юного спортсмена. Закаливание.

**Практика.** Опрос/ опрос-онлайн.

**2. Общая физическая подготовка. 10 часов.**

**Теория.**(Очно/дистанционно) Правила выполнения общеразвивающих упражнений.

**Практика.** Равномерный бег, бег с ускорением до 20 м, челночный бег 3x10, прыжки на правой и левой ноге до 15 м, бег 300 м на время,

подвижные игры с элементами бега и ускорением, эстафета с мячом, прыжки с полной приседью 4 отрезка по 15 м, бег с ускорениями, эстафета с мячом, отжимания от пола, подъем туловища из положения лежа руки за головой, бег спиной назад с ускорением, передвижение левым и правым боком с ускорением, челночный бег 3x10, челночный бег 3x10 левым и правым боком, приседания с гантелями, бег спиной назад с ускорением, передвижение левым и правым боком с ускорением, подтягивание из виса на перекладине, подъем туловища из положения лежа, руки за голову на время. Мини-соревнование/онлайн соревнования.

### **3. Специальная физическая подготовка (СФП). 10 часов.**

**Теория.** (Очно/дистанционно) Правила выполнения специальных упражнений.

**Практика.** Упражнения для развития стартовой скорости, переменный бег на различных дистанциях с ведением и без ведения мяча, передвижение приставными шагами правым и левым боком с разной скоростью, перекаты, перевороты, передвижение скрестными шагами левым и правым боком с мячом. Упражнения на координацию. Тестирование-онлайн, тестирование.

### **4. Техническая подготовка. 16 часов**

**Теория.** (Очно/дистанционно) Правила выполнения практических упражнений.

**Практика.** Передача мяча внешней стороной стопы, удар с середины подъема, удар внутренней частью подъема, остановка мяча внутренней стороной стопы, остановка мяча подошвой, жонглирование мяча, ведение мяча змейкой. Упражнения в парах с мячом, обучение остановке прыгающего мяча, применение необходимого способа остановок в зависимости от направления траектории и скорости мяча. Ведение мяча дриблинг, ведение мяча толчками, передача мяча с середины подъема в движении, удары по воротам по катящемуся мячу внутренней и внешней сторонами стопы, серединой, внутренней и внешней частями подъема, носком. Мини-соревнование, онлайн

### **5. Тактическая подготовка. 16 часов**

**Теория.** (Очно/дистанционно) Правила игры в футбол. Правила выполнения упражнений

**Практика.** Упражнения в парах, основы индивидуальных тактических действий. Групповые действия в защите. Групповые действия в атаке. Борьба за мяч. Командная расстановка игроков на площадке. Наблюдение за правильным выполнением заданий

### **6. Игровая подготовка. 9 часов.**

**Практическая работа.** Игра в мини-футбол по единым правилам, внутригрупповые игры по правилам игры в мини-футбол, «Веселые старты» с элементами футбола. Соревнования, товарищеские игры согласно плану спортивных мероприятий. Наблюдение, соревнования.

### **7. Итоговое занятие. 10 часов.**

**Практическая работа:** Соревнование, итоговое тестирование в виде двусторонней игры в мини-футбол. Интерактивная игра.

### **1.5. Формы контроля их периодичность**

Исходя из поставленных цели и задач, спрогнозированных результатов обучения, используются следующие формы отслеживания результативности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол»: педагогическое наблюдение; педагогический анализ результатов соревнований; опрос, мини-соревнования и соревнования, проводимые в начале занятий и итоговый – в конце обучения; самооценка обучающегося, а также контрольные нормативы по итогам темы.

Формами подведения итогов обучения программы являются соревнования с привлечением игроков-соперников из других школ по мини-футболу.

**Формами предъявления и демонстрации результатов по программе** является отчёт, материалы соревнований, тестирования спортивных нормативов.

## **РАЗДЕЛ №2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»**

### **2.1. Методическое обеспечение**

Обучение программы проводится в очной форме и с использованием электронных (дистанционных) технологий.

Методическим сопровождением программы является:

- методика контроля усвоения обучающимися учебного материала,
- наличие специальной методической литературы по освоению навыков мини-футбола,
- совершенствование форм и методов организации учебно-тренировочного процесса,

В организации образовательного процесса предусматриваются различные формы проведения занятий, которые помогают сделать учебно-тренировочную деятельность более интенсивной, дифференцированной и гибкой, мини-соревнование, тренировочное занятие, занятие-практикум, соревнование, в ходе которых закрепляются полученные умения и навыки, развиваются коммуникативные способности, воспитывается самостоятельность, инициатива, формируется мышление, приобретаются навыки быстрой адаптации в постоянно меняющихся условиях социума.

Для обеспечения формирования знаний, умений и навыков, необходимых для решения учебно-тренировочных задач используются **методы** обучения:

- словесный (устное изложение, беседа, диалог, и т.д.),
- наглядный (показ видео и мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ или выполнение тренером-преподавателем),
- практический: игровой;

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- репродуктивный (обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности);
- фронтальный (одновременная работа со всеми обучающимися);
- групповой (организация работы в группах);

- индивидуальный (индивидуальное выполнение заданий, решение проблем).

Для успешной реализации программы используются **приемы**:

Технической и тактической игры в мини-футбол, прием «Образного видения», помогающий воссоздать игру на спортивной площадке в соответствии его характеристикам. Пояснение, объяснение, ведение элементов соревнования, создание игровой ситуации, работа в дистанционной оболочке.

**Педагогические технологии:** информационно-коммуникативные технологии, личностно-ориентированные технологии, технология создания ситуации успеха, игровые технологии, технология деятельностного подхода (диалоговая форма общения).

## **2.2. Условия реализации программы**

### **Материально-техническое обеспечение**

Помещение: спортивный зал для занятий мини-футболом, соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда, компьютер (ноутбук), сканер, виртуальная обучающая среда: WhatsApp, Viber, ZOOM, электронная почта.

Общее освещение; перечень оборудования, необходимых для тренировочных занятий:

- мини-футбольные ворота с сеткой 2 шт.,
- футзальные мячи 15 шт.,
- фишки 30 шт.,
- гимнастические скакалки 10 шт.,
- гимнастические скамейки 2 шт.,
- набивные мячи 5 шт.

### **Информационное обеспечение**

Для успешной реализации программы используются: ноутбук с выходом в Интернет:

- -сайт «МОУ СОШ № 3 г. Ершов» <https://school-ershov.eduobr.ru/>
- -e-mail: [ershovschool3@yandex.ru](mailto:ershovschool3@yandex.ru),

а также

- методические материалы: календарный график;
- методическая литература для тренеров-преподавателей, педагогов дополнительного образования и обучающихся;
- ресурсы информационных сетей по методике проведения занятий.
- Специальная литература, справочные материалы.
- Официальные правила футбола. Тестирование, опрос.

### **Дидактические материалы:**

- Схемы и плакаты освоения технических приемов в мини-футболе.
- Правила игры в мини-футбол.
- Правила судейства мини-футбола.
- Положения о соревнованиях по мини-футболу.

-Протоколы ведения контроля игр соревнований.

Средства развития качеств через игровую деятельность.

Преимущественное проявление качеств	Средства развития физических качеств (подвижные игры и эстафеты)
Быстрота	Два мороза. К своим флажкам. Салки с выручалкой. Пустое место. Линейная эстафета. День и ночь. Белые медведи. Вызов номеров. Бегуны и др.
Скоростно-силовые	Веревочка под ногами. Волк во рву. Зайцы в огороде. Лиса и куры. Прыжки в длину и высоту. Прыжок за прыжком. Парашютисты. Не оступись. Метко в цель. Подвижная цель. Попади в мяч. Снайперы. Охотники и утки. Кто дальше бросит. Заставь отступить и др.
Выносливость	Не давай мяч водящему. Салки простые. Салки по кругу. Встречная эстафета. Команда быстроногих. Мяч ловцу. Гонки с выбыванием.
Сила	Тяни в круг. Бой петухов. Выталкивание из круга. Перетягивание в парах. Перетягивание каната. Бег раков. Эстафета с набивными мячами.
Ловкость	Прыгуны и ползуны. Кувырок с мячом. Навстречу удочке. Эстафета с лазанием и перелезанием. Бег пингвинов. Эстафета с преодолением препятствий.

#### **Кадровое обеспечение**

Реализацию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол» осуществляет педагог дополнительного образования.

### 2.3. Календарный учебный график

№	месяц	число	время проведения	форма занятия	кол-во часов	тема занятия	место проведения	форма контроля
<b>Модуль 1. «Мини-футболом»</b>								
<b>1</b>				Тренировочное. Неаудиторная/д истанционная	<b>1</b>	Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта. ОФП. СФП.	Спортив ный зал/	Опрос (очно/дистанционн о)
<b>3</b>				Занятие- практикум Неаудиторная/д истанционная	<b>1</b>	Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта. ОФП. СФП.	Спортив ный зал, Viber, Zoom	Наблюдение, тест на выносливость (очно/дистанционн о)
<b>4</b>				тренировочное, мини- соревнование Неаудиторная/д истанционная	<b>1</b>	Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта. ОФП. СФП.	Спортив ный зал, Viber. Zoom	Наблюдение (очно/дистанционн о)
<b>5 6 7</b>				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	<b>3</b>	ОФП. Общеразвивающие упражнения.	Спортив ный зал, WhatsAp p, zoom	Наблюдение (очно/дистанционн о)
<b>8 9 10</b>				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	<b>3</b>	ОФП. Индивидуальные упражнения с мячом.	Спортив ный зал, WhatsAp p, Zoom	Наблюдение и (очно/дистанционн о)
<b>11 12</b>				тренировочное, соревновательно	<b>4</b>	ОФП. Упражнения в парах с мячом.	Спортив ный зал	Мини соревнование

13 14				е Неаудиторная/д истанционная			WhatsApp, Viber. Zoom	(очно/дистанционн о)
15 16 17				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	3	СФП. Ведение мяча. Остановка броска. Обводка. Нападение	Спортив ный зал. WhatsApp p, Viber	Наблюдение (очно/дистанционн о)
18 19 20				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная Тренировочное	1 2	СФП. Броски набивного мяча через голову. Упражнения с набивным мячом. Тест ГТО.	Спортив ный зал. WhatsApp p Viber Zoom	Наблюдение (очно/дистанционно )
21 22 23 24				Тренировочное Неаудиторная/ди станционная	4	Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта. ОФП. СФП.ТТП.	Спортив ный зал WhatsApp p, Viber Zoom	Наблюдение (очно/дистанционно )
25 26 27 28				Неаудиторная/д истанционная Тренировочное	4	ТТП. Удары по мячу ногой (правой/левой): серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящему мячу. Удары носком, пяткой (назад).	Спортив ный зал WhatsApp p, Viber Zoom	Наблюдение (очно/дистанционно )
29 30 31				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	3	ТТП. Удары на точность и дальность. Удары по мячу головой.	Спортив ный зал WhatsApp p Viber	Наблюдение (очно/дистанционно )
32 33 34				Практикум Неаудиторная/д истанционная	3	ТТП. Остановка мяча. Ведение мяча дриблинг, ведения мяча толчками.	Спортив ный зал WhatsApp	Тестирование (очно/дистанционн о)

							p, Zoom	
35 36 37 38 39				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	5	ТТП. передача мяча с середины подъема в движении, удары по воротам по катящемуся мячу внутренней и внешней сторонами стопы, серединой, внутренней и внешней частями подъема, носком.	Спортив ный зал. WhatsAp pViber Zoom	Наблюдение (очно/дистанционн о)
40 41				Соревновательн ое Неаудиторная/д истанционная	2	ТТП. Отбирание мяча у соперника.	Спортив ный зал, WhatsAp p Zoom	Соревнование (очно/дистанционн о)
42 43 44 45				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	4	ТТП. Техника игры вратаря. Тест ГТО.	Спортив ный зал, WhatsAp pZoom	Опрос , мини- соревнования (очно/дистанционно )
46 47 48 49				Практикум Неаудиторная/д истанционная	4	ТТП. Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки»	Спортивн ый зал, WhatsAp p, Zoom	Тестирование (очно/дистанционн о)
50 51 52 53 54				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	5	ОФП. СФП. ТТП. Отработка ударов. Групповые действия «стенка», «скрещивание».	Спортив ный зал, WhatsAp pZoom	Мини- соревнования (очно/дистанционн о)
55 56 57				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	3	Тактика защиты. Противодействия маневрированию,	Спортив ный зал, WhatsAp	Мини- соревнования (очно/дистанционн

						препятствие сопернику в получении мяча.	pZoom	о)
<b>58</b> <b>59</b>				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	<b>2</b>	Дневник здоровья. Групповые действия с мячом Командные действия в атаке.	Спортив ный зал, WhatsAp pZoom	Мини- соревнования (очно/дистанционн о)
<b>60</b> <b>61</b> <b>62</b>				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	<b>3</b>	Тактика вратаря. Пробитие штрафных ударов.	Спортив ный зал, WhatsAp pZoom	Двусторонняя игра (очно- дистанционно)
<b>63</b> <b>64</b> <b>65</b>				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	<b>3</b>	Отработка ударов разного вида из разных точек игрового поля.	ФОК, WhatsAp pZoom	Наблюдение, опрос (очно/дистанционн о)
<b>66</b> <b>67</b> <b>68</b>				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	<b>3</b>	Отработка ударов по воротам индивидуальные, в парах, групповые.	Спортив ный зал, WhatsAp pZoom	Наблюдение, опрос (очно/дистанционн о)
<b>69</b> <b>70</b>				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	<b>2</b>	Нормативный контроль обучения.	Спортив ный зал, WhatsAp pZoom	Тест на выносливость
<b>71</b> <b>72</b>				Тренировочное Неаудиторная/д истанционная	<b>2</b>	Игровая, соревновательная.	Спортив ный зал, WhatsAp pZoom	Наблюдение, опрос (очно/дистанционн о)

## 2.4. Оценочный материал

Нормативные требования по общей физической подготовке

Контрольные упражнения	Пол обучающегося	Возрастная норма выполнения для 11-13 лет
Бег 30 м с высокого старта, с.	м	6,4
	д	6,5
Бег 300 м, с.	м	66,0
	д	68,4
Челночный бег (3 по 10 м), с.	м	9,5
	д	10,1
6-ти минутный бег, м.	м	без учета
	д	без учета
Прыжок в высоту с места, см.	м	28
	д	25
Прыжок в длину с места, см.	м	150
	д	130
Метание набивного мяча (1 кг), м.	м	5,0
	д	3,4
Поднимание туловища из положения виса на перекладине, раз	м	-
	д	-
Поднимание туловища из положения упора лёжа на полу, раз	м	4
	д	3

Комплекс контрольных испытаний и нормативов, определяющий уровень специальной физической подготовленности

№	Виды испытания	11-13 лет
1	Бег 30 м с ведением мяча (сек)	6,8
2	Удар по мячу на дальность—сумма ударов правой и левой ногой	-
3	Вбрасывание мяча руками на дальность (м)	12
4	Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	6
5	Бег 5х30 м с ведением мяча (сек)	-

## 2.5. Списки рекомендуемой литературы

### Для педагога:

1. Коробейник А.В. Футбол. Самоучитель игры. Пособие для начинающего мастера. Ростов-на-Дону.: «Феникс», 2000. –320с.
2. Кук М. 101 упражнения для юных футболистов: Возраст 12-16 лет/М. Кук; Пер. с англ. Л. Зарохович. –М.:ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2003. –128 с.:ил.
3. Правила игры в футбол: Сб./Пер. с англ. М.А. Кравченко. –М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001. –112 с.: ил.

### Для обучающихся:

6. Денни Милке. Футбол. Основы игры. «Астрель», 2007.- 38 с.
7. Орджаникидзе З.Г. Физиология футбола. М.: Человек, Олимпия, 2008.-240 с.
8. Андреев, С.Н. Мини-футбол.. М.: Физкультура и спорт, 1978.-224 с .

### Для обучающихся:

1. Спортивные и подвижные игры. Учебное пособие под ред. П. А. Чумакова. – М., «Просвещение», 2009. 389 с.
2. Родиченко В.С., Твой олимпийский учебник; М.: Физкультура и спорт. 2008.-12 с.
3. 101 упражнение для юных футболистов. М. Кук; - М.: Астрель.: 2001.-128 с.

### Интернет ресурсы:

Официальный сайт Ассоциации футбола России [Электронный ресурс]. URL: <http://amfr.ru/>

Официальный сайт Министерства спорта РФ [Электронный ресурс]. URL: <http://www.minsport.gov.ru>

Официальный сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры» [Электронный ресурс]. URL: <http://lib.sportedu.ru/press>.