

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
АДМИНИСТРАЦИИ БЕЛОГОРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОКРУГА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА С. ВОЗЖАЕВКИ**

Принято:
на заседании тренерского – педагогического
совета.
От «10» мая 2025 года
Протокол № 5

Утверждаю
Директором МОАУ ДО ДЮСШ с. Возжаевки
Приказ № 28
_____ Т. В. Кузнецова
«10 » мая 2025года

**Краткосрочная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа летней профильной смены
«Мини-футбол»**

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Уровень программы – стартовый (ознакомительный)

Возраст обучающихся – 9-17 лет

Срок реализации – 30 часов

Автор-составитель:

Кузнецов Илья Федорович,

тренер – преподаватель

Возжаевка, 2025 год

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Цели и задачи программы	5
1.3. Содержание программы	6
1.4. Планируемые результаты	8
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	11
2.1. Календарный учебный график	9
2.2. Формы аттестации	10
2.3. Оценочные материалы	10
2.4. Условия реализации программы	11
2.5. Методические материалы	11
2.6. Комплекс воспитательных и оздоровительных мероприятий за рамками учебного плана.....	12
2.7. План - сетка мероприятий профильной смены «Мини-футбол»	13
2.8. Требования по технике безопасности в процессе реализации программы.....	15
Список литературы	17

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для организации летнего отдыха детей «Мини-футбол» физкультурно-спортивной направленности разработана в соответствии со следующими документами:

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа летней профильной смены «Футбол» физкультурно-спортивной направленности разработана на основе нормативных документов:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства российской Федерации от 31 марта 2020 г. № 678-р;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- СанПиН 1.2.3685-21 « Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов

среды обитания»;

- Уставом учреждения МОАУ ДО СШ с. Возжаевки.

1.1. Пояснительная записка

В настоящее время общество осознало необходимость осуществления культурных целей образования, ориентированных на личность и ее саморазвитие в конкретных педагогических системах, в том числе в летних оздоровительных лагерях. Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников, но далеко не все родители могут предоставить своему ребенку полноценный, правильно организованный отдых.

Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Эти функции выполняют летние профильные смены.

Данная программа по своей направленности является профильной спортивно-оздоровительной, т. е. включает в себя спортивную деятельность, направленную на оздоровление, отдых и воспитание детей в условиях детско-юношеской спортивной школы.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы в том, что деятельность спортивной профильной смены ориентирована на создание социально значимой психологической среды, дополняющей и корректирующей семейное воспитание ребенка.

Новизна программы определяется повышенным интересом в настоящее время к проблеме физического развития детей, заключается в организации занятости детей в летний период времени, как к мощной форме против безнадзорности, асоциального поведения детей.

Отличительные особенности: программа универсальна, так как может использоваться для работы с детьми из различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья.

Адресат программы: программа ориентирована на обучающихся 6-17 лет. При разработке данной программы учитывались возрастные психологические особенности детей данного возраста.

Набор осуществляется в 1 группу численностью 12 человек.

Объем и срок освоения программы: полный курс обучения рассчитан на 30 часов. Образовательный процесс проводится шесть раз в неделю по 3 часа в день. Занятие проводится с постоянной сменой деятельности.

Форма обучения: очная

Формы и методы используемые при реализации программы:

Индивидуальные и коллективные формы работы на профильной смене осуществляются с использованием традиционных методов (беседа, наблюдение, поручение, экскурсии); метод интерактивного обучения (социально-психологические тренинги, ролевые игры, дискуссии), в которых дети не просто «проходят» что-то, а проживают те или иные конкретные ситуации; методики коллективно-творческого воспитания.

1.2. Цель программы: способствовать развитию личности ребенка, укреплению физического, психического и эмоционального здоровья детей, воспитание лучших черт гражданина.

Задачи программы:

- укрепить здоровье;
- содействовать правильному физическому развитию;
- формировать и совершенствовать необходимые теоретические знания;
- обучить основным приемам техники и тактики игры;
- создать условия, способствующие развитию воспитание воли, смелости,

настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;

- развивать организаторские навыки;
- повышать специальную, физическую, тактическую подготовку учащихся по футболу (мини-футбол);
- подготовить учащихся к соревнованиям по футболу (мини-футбол).
- приобщать детей к систематическим занятиям физической культурой, спортом, к здоровому образу жизни

1.3. Содержание программы

План-сетка

1 день	День Знакомств. Игровая программа «Веселые старты».
2 день	Полоса препятствий. ОФП.
3 день	Пионербол. ОФП.
4 день	«Спортивная викторина». Мини-футбол.
5 день	Школа безопасности. Соревнования по волейболу.
6 день	День ГТО
7 день	Настольный теннис. Спортивно-игровая программа «День Нептуна»
8 день	День Футболиста. Соревнования по футболу
9 день	Первенство профильной смены по прыжкам. ОФП. Беседы «Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях».
10 день	Школа безопасности. Футбол.

Учебный план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма промежуточной аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	День знакомств Эстафета с элементами футбола Игра	3	1	2	Входной контроль. Наблюдение. Беседа.
2	Полоса препятствий. ОФП	3	1	2	Беседа, подведение итогов дня.
3	Пионербол. ОФП	3	1	2	Беседа, подведение итогов дня.
4	«Спортивная викторина». Футбол.	3	1	2	Беседа, подведение итогов дня.
5	Школа безопасности. Соревнования по футболу	3	1	2	Беседа, подведение итогов дня.
6	День ГТО	3	1	2	Беседа, подведение итогов дня.
7	Настольный теннис. Спортивно-игровая программа «День Нептуна»	3	1	2	Беседа, подведение итогов дня.
8	День Футболиста. Соревнования по мини-футболу	3	1	2	Беседа, подведение итогов дня.
9	Первенство профильной смены по прыжкам. ОФП. Беседы «Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях».	3	1	2	Беседа, подведение итогов дня.
10	Школа безопасности. Мини-футбол.	3	1	2	Итоговый контроль, по итогам получают грамоты.
	Итого:	30	10	20	

1.4. Планируемые результаты

По окончании обучения по программе у обучающихся:

- укрепится здоровье;
- занятия по программе будут содействовать правильному физическому развитию;
- сформируются и совершенствуются необходимые теоретические знания;
- обучатся основным приёмам техники и тактики игры;
- будут созданы условия, способствующие развитию воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы и сформируется потребность в их реализации.
- разовьются организаторские навыки;
- повысится специальная, физическая, тактическая подготовка учащихся по футболу
(мини-футбол);
- учащиеся будут принимать участие в соревнованиях по футболу (мини-футбол).
- будет сформирована потребность детей к систематическим занятиям физической культурой, спортом, к здоровому образу жизни

Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график образовательной программы

№п/п	Дата	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Наименование темы	Место проведения	Форма контроля
1	23.06.2025	9.00 – 12.00	Практическое занятие	3	День Знакомств. Игровая программа «Веселые старты».	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Беседа с подведением итогов
2	24.06.2025	9.00 – 12.00	Практическое занятие	3	Полоса препятствий. ОФП.	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Беседа с подведением итогов
3	25.06.2025	9.00 – 12.00	Практическое занятие	3	Пионербол. ОФП.	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Беседа с подведением итогов
4	26.06.2025	9.00 – 12.00	Практическое занятие	3	«Спортивная викторина». Мини-футбол.	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Беседа с подведением итогов
5	27.06.2025	9.00 – 12.00	Практическое занятие	3	Школа безопасности. Соревнования по волейболу.	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Беседа с подведением итогов
6	28.06.2025	9.00 – 12.00	Практическое занятие	3	День ГТО	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Беседа с подведением итогов
7	30.06.	9.00	Практи-	3	Настольный теннис. Спортивно-	МОАУ ДО	Беседа с

	2025	– 12.00	ческое занятие		игровая программа «День Нептуна»	СШ с. Возжаевки	подведением итогов
8	01.07. 2025	9.00 – 12.00	Практи- ческое занятие	3	День Футболиста. Соревнования по мини-футболу	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Беседа с подведением итогов
9	02.07. 2025	9.00 – 12.00	Практи- ческое занятие	3	Первенство профильной смены по прыжкам. ОФП. Беседы «Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях».	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Беседа с подведением итогов
10	03.07. 2025	9.00 – 12.00	Практи- ческое занятие	3	Школа безопасности. Мини-футбол.	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Беседа с подведением итогов

2.2. Форма аттестации

Оценка образовательных результатов, обучающихся по программе осуществляется в игровой форме (эстафеты, игры, соревнования).

Учащимися успешно освоившим дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу выдаются грамоты, дипломы, призы.

2.3. Оценочные материалы

За период обучения обучающиеся получают определённый объём знаний и умений, качество которых проверяется в течение профильной смены с помощью следующих методов:

- беседы;
- наблюдения;
- эстафеты;
- подвижных игр.

Наиболее распространенной формой контроля являются соревнования между командами. Они проводятся в течение профильной смены. Соревнования позволяют сравнивать результаты и сделать заключение об эффективности программы.

2.4. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации проекта необходимо следующее обеспечение:

- спортивный зал;
- спортивная площадка;
- спортивный инвентарь;
- фотоаппарат;
- магнитофон;
- компакт-диски и аудио кассеты;
- призовой фонд: грамоты, дипломы.

Для организации работы предоставлены:

- спортивный зал;
- стадион.

Кадровое обеспечение: краткосрочную профильную смену «Мини-футбол» реализует тренер-преподаватель, имеющий первую квалификационную категорию.

2.5. Методические материалы

Индивидуальные и коллективные формы работы в профильной смене осуществляются с использованием традиционных методов (беседа, наблюдение, поручение, конкурс, соревнование);

Метод интерактивного обучения (тренинги, игры, дискуссии, викторины), в которых дети не просто «проходят» что-то, а проживают те или иные конкретные ситуации.

Методы обучения:

словесный, наглядный, практический, игровой методы.

Методы воспитания: поощрение, стимулирование, мотивация.

Формы организации: конкурс, соревнование, эстафета.

Технологии: здоровьесберегающие.

2.6. Комплекс воспитательных и оздоровительных мероприятий за рамками учебного плана

Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т. к. она является неотъемлемой частью общей культуры. Даже великие философы – Сократ, Платон, Аристотель и другие в своих трудах отмечали уникальные возможности спортивных занятий в воспитании всесторонне развитой личности.

Основная деятельность профильной смены направлена на развитие личности ребенка и включение его в разнообразие человеческих отношений и межличностное общение со сверстниками. Профильная смена, учитывая её специфическую деятельность, может дать детям определенную целостную систему нравственных ценностей и культурных традиций через погружение ребенка в атмосферу игры и познавательной деятельности дружеского микросоциума. Погружая ребенка в атмосферу смены, мы даем ему возможность открыть в себе положительные качества личности, ощутить значимость собственного «я»; осознать себя личностью, вызывающей положительную оценку в глазах других людей; повысить самооценку; выйти на новый уровень общения, где нет места агрессии и грубости.

Уникальность среды спортивно-оздоровительной смены дает возможность разностороннего реабилитационного воздействия и для детей с ограниченными возможностями. Разные формы взаимодействия направлены на ликвидацию барьеров в межличностных отношениях. Любой ребенок, как

через организованную, так и через свободную деятельность получает возможность активного включения в социальную структуру группы.

Физическое воспитание тесно связано с нравственным, трудовым, умственным, эстетическим воспитанием, учит дисциплинировать себя, вырабатывает твердый характер, учит четко выполнять нормы и правила спортивной этики, уважать соперника, судей, развивает умение бороться до победы, не проявлять зависти к победителям, не теряться при поражениях, искренне радоваться победам товарищей по борьбе. Спортивные занятия различного вида помогают закалять волю, учат добиваться успехов, совершенствовать свои умения и навыки в отдельных видах спорта.

Понятие «здоровый образ жизни» необходимо закладывать еще в детстве. Родители многих детей ищут спасение в медикаментах, недооценивая силу воздействия на организм и эффективность таких факторов, как двигательная активность, закаливание, основы массажа и др. Находясь на профильной смене, дети ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, закаливание, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Результатом осуществления оздоровительного направления является формирование потребности в здоровом образе жизни. Досуговая деятельность направлена на вовлечение детей в мероприятия с последующим выявлением их наклонностей и способностей.

Быть здоровым выгодно биологически, т. к. организм более эффективно и долговременно сохраняет свою природу. Также здоровье выгодно экономически – здоровые люди дольше сохраняют трудоспособность, они определяют экономическое развитие страны, ее обороноспособность, а также здоровье нации в целом. Здоровье выгодно эстетически – здоровый ребенок, подросток, да и взрослый человек отличается своей привлекательностью, заряжая окружающих своей положительной энергией.

Задача педагогического коллектива в воспитательном плане состоит в том, чтобы поднять значение здорового образа жизни, организовать свободное время во время летних каникул.

2.7. План - сетка мероприятий краткосрочной профильной смены «Мини-футбол»

№п/п	Мероприятие	Время	Место проведения	Ответственный
1	День Знакомств. Игровая программа «Веселые старты».	9.00 – 12.00	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Кузнецов И.Ф.
2	Полоса препятствий. ОФП.	9.00 – 12.00	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Кузнецов И.Ф.
3	Пионербол. ОФП.	9.00 – 12.00	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Кузнецов И.Ф.
4	«Спортивная викторина». Футбол.	9.00 – 12.00	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Кузнецов И.Ф.
5	Школа безопасности. Соревнования по волейболу.	9.00 – 12.00	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Кузнецов И.Ф.
6	День ГТО	9.00 – 12.00	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Кузнецов И.Ф.
7	Настольный теннис. Спортивно-игровая программа «День Нептуна»	9.00 – 12.00	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Кузнецов И.Ф.
8	День Футболиста. Соревнования по футболу	9.00 – 12.00	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Кузнецов И.Ф.
9	Первенство профильной смены по прыжкам. ОФП. Беседы «Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях».	9.00 – 12.00	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Кузнецов И.Ф.
10	Школа безопасности. Футбол.	9.00 – 12.00	МОАУ ДО СШ с. Возжаевки	Кузнецов И.Ф.

2.8. Требования по технике безопасности в процессе реализации программы

1. Спортивный зал должен постоянно содержаться в чистоте. Влажная уборка должна проводиться после каждого занятия.
2. Дороги, проезды, подъезды и проходы к зданиям и открытым водоисточникам, используемые для пожаротушения, подступы к пожарному инвентарю должны быть всегда свободными, содержаться в исправном состоянии.
3. О закрытии дорог, отдельных участков или проездов, необходимо немедленно сообщать в районные пожарные части.

Общие правила поведения детей (подростков) на занятиях:

1. По лестнице необходимо спускаться осторожно, смотря под ноги. Запрещается бежать по лестнице и съезжать по перилам, обгонять, играть на лестнице, толкаться, свисать на ограждениях.
2. При плохом самочувствии необходимо обращаться в медпункт. Самолечение может привести к осложнениям и тяжелым последствиям.
3. Необходимо соблюдать общие санитарно-гигиенические нормы
4. Каждый ребенок (подросток) обязан соблюдать все установленные профильной сменой правила, в том числе правила противопожарной безопасности, автобусных поездок, походов и т.п.
5. Ребенок (подросток) обязан быть вместе с группой. При необходимости отлучиться обязательно разрешение тренера - преподавателя.
6. Каждый ребенок (подросток) и сотрудник профильной смены должен беречь зеленые насаждения на территории спортивной школы, соблюдать чистоту.

7. Нельзя есть незнакомые ягоды, плоды.

8. Необходимо соблюдать правила поведения в общественных местах - словами, действиями и поведением не мешать окружающим, не оскорблять их эстетическое чувство.

9. При температуре воздуха свыше 28С и ясной солнечной погоде необходимо учесть, что при нахождении на солнце более одного часа может наступить тепловой удар и ожог.

10. Не оглядываться во время бега и ходьбы, а если необходимо оглянуться перед этим, надо остановиться.

11. В ненастную погоду надо быть осторожным при передвижении по территории трава и дорожки могут быть скользкими. Не наступать на выступающие корни деревьев и другие деревянные предметы, т.к. они могут быть скользкими.

12. В дождь окна должны быть закрыты (попадание воды в помещение, на электроприборы, резкий ветер может разбить стекло). Категорически запрещается открывать противомоскитные сетки (при их наличии).

13. Нельзя находиться вблизи с электролиниями, особенно во время дождя и грозы. Помните, опасной является зона в радиусе 20 м от линий электропередач.

15. На территории школы запрещается курить и употреблять спиртные напитки, в том числе пиво.

16. Необходимо бережно относиться к личному имуществу и имуществу школы.

Список использованной литературы

Список литературы:

Список информационных источников

- Нормативно-правовые акты:

1. Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс].

-URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/

2. Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678 – р; -URL:

<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403709682/>

3. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/>

4. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));

-URL: <https://рцдо.пф/public/users/31/PDF/300120172225.pdf>

5. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

-URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74993644/>

6. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

-URL: <https://www.55.rospotrebnadzor.ru/Files/СанПин%203685.pdf>

Для педагогов:

1. Вайн, Хорст. Как научиться играть в футбол. Школа технического мастерства для молодых / Хорст Вайн. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2011. – 244 с.
2. Гиффорд, Клайв. Все о футболе / Клайв Гиффорд. – М.: АСТ, 2015. – 622 с.
3. Колодницкий, Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол / Г.А. Колодницкий. – М.: Просвещение, 2011. – 437 с.

4. Корнев М.А., Надъярная Т.Н. Анатомия человека от эмбриогенеза до зрелости: Учеб. Пособ. – СПб: ООО «Издательство ФОЛИАНТ», 2002.
5. Хант, Крис. Большая энциклопедия футбола / Крис Хант (ред.). – М.: АСТ, 2014. – 384 с.
6. Мировой футбол. Справочник 2006. – М.: Олимпия Пресс, 2016. – 480 с.
7. Сапин М.Р., Брыскина З.Г. Анатомия и физиология детей и подростков: Учеб. Пособ. Для студ. Пед. Вузов. - М.: Издательский центр «Академия», 2004.
8. Старостин, А.П. Большой футбол / А.П. Старостин. – Москва: Высшая школа, 2014. – 255 с.
9. Цирик, Б. Я., Лукашин, Ю. С. Азбука спорта. Футбол / Б. Я. Цирик, Ю. С. Лукашин. – М.: Физкультура и спорт, 2012. – 294 с.

Для родителей и детей:

1. Ашмарин, Б.А. Теория и методики физического воспитания/Б.А. Ашмарин.- М.: Просвещение, 2012.-325 с.
2. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов/Ю.В. Верхошанский.- М.: Физкультура и спорт, 2008.- 135 с.
3. Волков, Л.В. Физические способности детей и подростков/Л.В. Волков.-Киев: Здоровье, 2008.-24-27с.
4. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена/ В.М.Зациорский.- М.: Физкультура и спорт, 2009.- 200 с.
5. Зимкин, Н.В. Физиологическая характеристика силы, быстроты и выносливости/ Н.В. Зимкин. – М.:
6. Никитский, Б.Н. Физическое воспитание детей и подростков/ Отв. Ред. Б.Н. Никитский. – М.: Моск. Обл. пед.ин-т, 2013. – 59 с.
7. Попов, В.Б. Юный легкоатлет/ В.Б.Попов, Ф.П.Суслов.- М.- 2009.- 224 с.
8. Филин, В.П. Методика воспитания выносливости и других физических качеств у юных спортсменов: Сб. науч. Тр. / Под ред. В.П. Филина, П.И. Кабачковой.-М.: Просвещение,2012.-34-36с.
9. Филин, В.П. Фомин Н.А. Основы юношеского спорта/ В.П. Филин, Н.А. Фомин. – М.: Физкультура и спорт, 2010.- 255 с.

Литература для детей:

1. Зимкин, Н.В. Физиологическая характеристика силы, быстроты и выносливости/ Н.В. Зимкин. – М.:
2. Никитский, Б.Н. Физическое воспитание детей и подростков/ Отв. Ред. Б.Н. Никитский. – М.: Моск. Обл. пед.ин-т, 2013. – 59 с.

Электронные ресурсы:

<https://www.soccer.ru/>

<https://www.readfootball.com/football-news.html>

<https://footballstudy.ru/>

<https://www.futbologika.com/>

Видео и музыкальные материалы:

Х/ф «Тренер»

Х/ф «Эластико»

Х/ф «Коробка»

Х/ф «Матч»