

**Государственное бюджетное учреждение Калининградской области общеобразовательная организация
для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья
«Школа-интернат №7 п. Большое Исаково»**

Рассмотрено на заседании
Педагогического совета

Председатель Педагогического совета
Н.В. Терновская
Протокол №7 от 17.06.2022

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор
ГБУ КО «Школа-интернат №7»
А.Ю. Быстрова
Приказ №104 от 17.06.2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
адаптированной дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности
«МИНИ-ФУТБОЛ»*

*углубленный уровень

для обучающихся 9-17 лет

Срок реализации программы: 3 года.

Первый год обучения
2022-2023 учебный год

Разработчик программы: Фарион Ярослав Данилович, педагог дополнительного образования

п.Большое Исаково, 2022

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативным основанием для составления рабочей программы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р);
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4.3648-20 (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28);
- Приказ Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 9 ноября 2018 г. №196;
- Закон об образовании в Калининградской области;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).
- Устав ГБУ КО «Школа-интернат №7»;
- Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» (углубленный уровень).

Направленность дополнительной образовательной программы: физкультурно-спортивная.

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность:

Интерес к мини-футболу с каждым годом растёт, по массовости и популярности опережает многие виды спорта. К тому же, мини-футбол является эффективным средством физического воспитания. Занятия данным видом спорта способствуют разностороннему комплексному воздействию на органы и системы организма подростков и молодежи. Укрепляют и повышают уровень их функционирования, обеспечивают эффективное развитие физических качеств, формирует двигательные навыки.

Программа направлена на содействие улучшению здоровья воспитанников и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Программа содействует приобретению обучающимися с интеллектуальными нарушениями необходимых умений, навыков для поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни, развивать физические качества, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса.

Мини-футбол является эффективным средством физического воспитания. Занятия данным видом спорта способствуют разностороннему комплексному воздействию на органы и системы организма подростков и молодежи, укрепляется и повышается уровень их функционирования, что обеспечивает эффективное развитие физических качеств, формирует двигательные навыки.

Отличительной особенностью программы является то, что ее основой станет не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общее физическое развитие детей. Помимо этого программа способствует расширению спортивного кругозора, активизирует интерес детей к спорту как таковому. Программа построена на идеях лично-ориентированного дополнительного образования детей. Заложенный в детях двигательный потенциал реализуется наиболее полно, если образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие физических способностей каждого обучающегося.

Программа учитывает особенности психофизического развития данной категории детей, индивидуальные возможности; обеспечивает коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Специального отбора детей в детское объединение для обучения по программе не предусмотрено. Принимаются все желающие на основе заявления родителя (законного представителя), при наличии заключения ПМПК, медицинской справки о допуске к занятиям футболом, при наличии мест.

Педагогическая целесообразность

Программа по мини-футболу является одним из механизмов реализации целей и задач по профилактике заболеваний, вредных привычек и правонарушений, а также укреплению здоровья через всестороннее развитие двигательной активности обучающегося при занятиях легкой атлетикой.

В работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья педагог:

- учитывает принципы индивидуально-дифференцированного подхода;
- предотвращает утомление детей во время занятий, используя для этого разнообразные средства (чередование видов практической деятельности, выполнение упражнений небольшими дозами, использование интересного и красочного дидактического материала и средства наглядности и т.п.);
- использует методики и технологии, с помощью которых можно максимально активизировать двигательную деятельность детей, формировать необходимые навыки деятельности;
- уделяет постоянное внимание коррекции всех видов деятельности ребенка;
- проявляет во время работы с ребенком педагогический такт;
- поощряет малейшие успехи ребенка.

Обучение детей с ОВЗ (умственной отсталостью) по адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мини-футбол» (углубленный уровень) позволит:

- детям преодолевать типичные для их физического развития затруднения;
- развивать мотивацию к двигательной деятельности, ведению здорового образа жизни;
- влиять на темп выполнения заданий, понимания инструкций;
- поднимать уровень свойств внимания (устойчивость, концентрация, переключение), развития координации движений;
- справляться с повышенной впечатлительностью (тревожностью, болезненностью реакции на тон голоса партнера, изменениями в настроении, инфантилизмом, низкой самооценкой, утомляемостью, зависимостью от постоянной помощи взрослого).

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 3 года.

Общее количество часов в год: 272 часа.

Формы обучения

Форма обучения – очная, возможно использование дистанционных технологий.

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение – свободный, группа формируется из числа учащихся образовательной организации, реализующей программу. Принцип формирования групп: на усмотрение администрации образовательной организации.

Программа объединения предусматривает групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав группы 12 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 минут. Недельная нагрузка на группу – 8 часов. Занятия проводятся 4 раза в неделю по 2 часа. 34 учебные недели.

В процессе подготовки учащихся по программе мини-футбола обучение имеет определенные цель и задачи.

Цель адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: обеспечение разносторонней физической подготовки детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Задачи:

Образовательные:

- Расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями мини-футбола и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального образа жизни;
- познакомить детей с истоками, традициями и историей футбола, правилами игры в мини-футбол;
- освоить выполнение действий и приемов с мячом и без мяча, комплексов упражнений на развитие специальных физических качеств;
- сформировать представление о здоровом образе жизни;
- стимулировать детей на самостоятельное выполнение физических упражнений с мячом и без мяча, организацию индивидуальных занятий по мини-футболу.

Воспитательные:

- воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами спортивно-рекреационной деятельности;
- воспитывать нравственные качества личности: доброту, дружелюбие, ответственность, самостоятельность, чувство собственного достоинства;
- прививать аккуратность, бережливость, трудолюбие;
- воспитывать интерес и внимание к другим, способность к состраданию и сочувствию;
- сформировать навыки коллективного общения в процессе спортивной деятельности и в социуме;
- способствовать накоплению и развитию жизненных социальных компетенций (автономность, ответственность, самокритичность, скромность, социальный интерес, готовность к сотрудничеству);

Развивающие:

- развивать скорость реакции, координацию в пространстве, технику функционального бега;
- развитие основных физических качеств;
- развивать практические навыки, природные задатки и физические способности обучающихся;
- сформировать интерес к традициям и истории футбола;
- стимулировать развитие ассоциативной памяти, внимания.

2. КРАТКАЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Умственная отсталость связана с нарушениями интеллектуального развития, которые возникают вследствие органического поражения головного мозга на ранних этапах онтогенеза (от момента внутриутробного развития до трех лет). У обучающихся отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является мышление, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

3. ПОДХОДЫ И ПРИНЦИПЫ К ФОРМИРОВАНИЮ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

- принцип учета типологических и индивидуальных образовательных потребностей обучающихся;
- принцип коррекционной направленности образовательного процесса;
- принцип развивающей направленности образовательного процесса, ориентирующий его на развитие личности обучающегося и расширение его «зоны ближайшего развития» с учетом особых образовательных потребностей;
- принцип направленности на формирование деятельности, обеспечивает возможность овладения обучающимися с умственной отсталостью всеми видами доступной им предметно-практической деятельности, способами и приемами познавательной и учебной деятельности, коммуникативной деятельности и нормативным поведением;
- принцип переноса усвоенных знаний и умений и навыков и отношений, сформированных в условиях учебной ситуации, в различные жизненные ситуации, что обеспечит готовность обучающегося к самостоятельной ориентировке и активной деятельности в реальном мире.

Дифференцированный подход направлен на создание дополнительной общеразвивающей программы, обеспечивающей разнообразие содержания, предоставляя обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) возможность реализовать индивидуальный потенциал развития.

Деятельностный подход строится на признании того, что развитие личности обучающихся с умственной отсталостью школьного возраста определяется характером организации доступной им деятельности (предметно-практической и учебной).

4. ТЕХНОЛОГИИ, МЕТОДЫ, ФОРМЫ РАБОТЫ

Принцип систематичности и последовательности в обучении требует, чтобы знания, умения и навыки формировались в системе, в определенном порядке, когда каждый элемент учебного материала логически связывается с другими, последующее опирается на предыдущее, готовит к усвоению нового.

Принцип доступности – обучение строится на уровне реальных возможностей обучающихся, с избеганием интеллектуальных, физических, моральных перегрузок, отрицательно сказывающихся на их физическом и психическом здоровье.

Принцип активности субъектов образовательного процесса предполагает, что реализуется личностное взаимодействие субъектов, и проявляется во внедрении активных методов в оперативном учете индивидуальных особенностей личности, обеспечивает творческий характер деятельности.

Принцип наглядности обеспечивается применением в образовательном процессе разнообразных видео, киноматериалов, слайдов, прослушиванием соревнований, а также посещением спортивных мероприятий.

Принцип толерантности – основой является признание права на отличие. Проявляется в принятии другого человека таким, каков он есть, уважении другой точки зрения, понимании и принятии традиций, ценности и культуры представителей другой национальности и веры. Толерантность является основой педагогического общения учителя и обучающегося, сущность которого сводится к таким принципам обучения, которые создают оптимальные условия для формирования у обучающихся культуры достоинства, самовыражения личности, исключают фактор боязни неправильного ответа.

Принцип гуманизации образовательного пространства через установление педагогического взаимодействия между учителем, обучающимися и членами их семей как важнейшее условие полноценного развития личности ребенка в плане семейного воспитания.

Основные формы и методы

Тренировочный процесс по программе мини-футбола в целом имеет развивающий характер, он направлен, прежде всего, на развитие природных задатков, на реализацию двигательных интересов детей и на развитие у них физических способностей. Достижение учащимися определенного уровня компетенций должно быть средством разностороннего развития ребенка и его способностей.

Программа предполагает использование новых образовательных технологий, рассчитанных на самообразование детей и их максимальную самореализацию в обществе.

Технология личностно-ориентированного развивающего обучения предполагает максимальное развитие индивидуальных физических способностей ребенка.

Технология дифференцированного обучения по интересам детей является самым широким путем личности в систему здорового образа жизни через спорт. Важной задачей технологии дифференцированного обучения по интересам является определение специальных интересов, склонностей, способностей детей. Дифференциация углубляется и переходит в индивидуализацию обучения, что означает организацию учебного процесса, при которой выбор способов, приемов, темпа обучения обусловлен индивидуальными особенностями детей с ОВЗ.

Элементы технологии индивидуализации обучения также используются в программе. Главным достоинством индивидуального обучения является то, что оно позволяет адаптировать содержание, методы, формы, темп обучения к индивидуальным особенностям каждого воспитанника, следить за его продвижением, вносить необходимую коррекцию.

Групповые технологии позволяют организовать совместные действия, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь. Во время групповой работы педагог контролирует, отвечает на вопросы, регулирует выполнение заданий, оказывает помощь, стимулирует детей к выполнению этих функций во временных группах.

Игровые технологии лежат в основе занятий. Игра – это вид деятельности, который помогает активно включить ребенка в деятельность, улучшает его позиции в коллективе, создает доверительные отношения.

Педагогом применяются следующие методы работы:

1. Метод словесного описания упражнений: постановка задач обучения, описание техники движений, управление ходом обучения, анализ результатов исполнения задания).

2. Метод показа упражнений.

Наиболее наглядным является показ самим преподавателем изучаемых элементов. Такое исполнение помогает создать целостную картину упражнения. Для детей этот метод является неотъемлемой частью обучения, т.к. опирается на сохранные психические структуры (рефлекс подражания).

3. Метод целостного разучивания упражнений

Этот метод предполагает выполнение упражнений целиком. Один из вариантов метода целостного разучивания - метод подводящих упражнений, предполагающий предварительное выполнение более простых, ранее изученных упражнений, структурно сходных с новыми.

4. Метод расчлененного разучивания

Метод заключается в искусственном дроблении изучаемого двигательного действия на составные части и последовательном их освоении при дальнейшем соединении в целое упражнение.

5. Метод изменения условий обучения.

Этот метод подразумевает создание специальных условий для выполнения упражнений.

6. Игровой метод.

Данный метод предполагает использование спортивных игр, развивающих необходимые для мини-футбола качества (скорость реакции, координация в пространстве, техника функционального бега).

5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ПРОГРАММЫ

Результатом деятельности детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) достижение цели: разносторонняя физическая подготовка детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

и поставленных задач:

- образовательных:

- расширен двигательный опыт за счет овладения двигательными действиями мини-футбола и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального образа жизни;

- знание детьми истоков, традиций и истории футбола, правил игры в мини-футбол;

- освоение выполнения действий и приемов с мячом и без мяча, комплексов упражнений на развитие специальных физических качеств;

- сформировано представление о здоровом образе жизни;

- мотивация детей на самостоятельное выполнение физических упражнений с мячом и без мяча, организацию индивидуальных занятий по мини-футболу.

- воспитательных:

- сформированы индивидуальные психические черты и особенности в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами спортивно-рекреационной деятельности;
- воспитаны нравственные качества личности: доброта, дружелюбие, ответственность, самостоятельность, чувство собственного достоинства;
- привиты аккуратность, бережливость, трудолюбие;
- воспитан интерес и внимание к другим, способность к состраданию и сочувствию;
- сформированы навыки коллективного общения в процессе спортивной деятельности и в социуме;
- накопленный опыт жизненных социальных компетенций (автономность, ответственность, самокритичность, скромность, социальный интерес, готовность к сотрудничеству);
- развивающих:
 - приобретенная скорость реакции, координация в пространстве, техника функционального бега;
 - развитие основных физических качеств;
 - развитие практических навыков, природных задатков и физических способностей обучающихся;
 - сформирован интерес к традициям и истории футбола;
 - развитие ассоциативной памяти, внимания.

6. СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.

Результаты освоения с обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) адаптированной дополнительной общеразвивающей программы «Мини-футбол» оцениваются как итоговые на момент завершения изучения программы.

Система оценки достижения планируемых результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы:

- 1) закрепляет основные направления и цели оценочной деятельности, описание объекта и содержание оценки, критерии, процедуры и состав инструментария оценивания, формы представления результатов, условия и границы применения системы оценки;
- 2) позволяет осуществлять оценку динамики учебных достижений обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и развития их жизненной компетенции;
- 3) обеспечивает комплексный подход к оценке результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы, позволяющий оценивать в единстве предметные и личностные результаты его образования.

Система оценки результатов включает целостную характеристику выполнения обучающимся следующих действий, отражающих их успеваемость по изучаемой дополнительной общеразвивающей программе:

- оценка в форме «Зачет»:

Обучающиеся данной группы способны достаточно полно воспроизводить изучаемый материал. Приемы контроля сформированы, работоспособность высокая. Владеют техникой двигательных действий и развитием физических качеств при занятиях легкой атлетикой, оказывают помощь, страховку при выполнении упражнений, судят и организуют соревнования по мини-футболу, выступают на соревнованиях разного уровня.

- оценка в форме «Незачет»:

Учащиеся данной группы изучаемый материал воспроизводят отдельно. Приемы контроля не сформированы. Темп работы низкий.

Формы подведения итогов реализации программы

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в течение учебного периода в целях:

- контроля уровня достижения учащимися результатов, предусмотренных образовательной программой;
- оценки соответствия результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы для обучающихся с умственной отсталостью;
- проведения учащимся самооценки, оценки его работы педагогическим работником с целью возможного совершенствования образовательного процесса.

Текущий контроль осуществляется педагогическим работником, реализующим дополнительную общеобразовательную программу. Текущий контроль проводится педагогом по окончании каждой четверти в форме проведения практических занятий по мини-футболу по пройденному материалу с выставлением оценки в форме «зачет»- «незачет».

Промежуточная аттестация проводится по окончании учебного года. К годовой промежуточной аттестации допускаются все обучающиеся спортивной секции «Мини-футбол». Проведение промежуточной аттестации по дополнительной общеразвивающей программе проводится в форме итоговых соревнований.

Итоговая оценка качества освоения обучающимися с умственной отсталостью данной программы осуществляется педагогом на основе участия в соревнованиях с выставлением оценки в форме «зачет» - «незачет». Предметом итога освоения обучающимися программы «Мини-футбол» является достижение результатов освоения программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

7. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Первый год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Теоретическая подготовка					
1.	Краткие сведения о значении занятий физкультурой и спортом для развития и здоровья человека	2	2	-	Соревнования
2.	История развития футбола за рубежом и в нашей стране, успехи российских спортсменов в соревнованиях	2	2	-	Соревнования
3.	Гигиена, режим дня, закаливание детей, врачебный контроль и самоконтроль спортсмена	2	2	-	Соревнования

4.	Организация занятий физическими упражнениями, техника безопасности, инвентарь, спортивная одежда спортсмена	4	4	-	Соревнования
5.	Правила игры в футбол	2	2	-	Соревнования
Практическая подготовка					
1.	Общая и специальная физическая подготовка	110	-	110	Соревнования
2.	Техническая подготовка	90	-	90	Соревнования
3.	Контрольные нормативы	8	-	8	Соревнования
4.	Тактика игры в футбол	52	-	52	Соревнования
5.	Соревнования по футболу	Согласно плану спортивных мероприятий			Соревнования
	ИТОГО:	272	12	260	

8. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

1 год обучения (272 часов, 8 часов в неделю)

В занятия включены элементы теоретического и практического раздела учебного плана.

Теория:

Занятия физическими упражнениями в режиме дня, всестороннее развитие человека, влияние физических упражнений на развитие систем организма, двигательного аппарата человека.

Правила поведения учащихся на занятиях. Простейшие приспособления для тренировки.

Правила содержания инвентаря. Спортивная одежда и обувь.

Правила техники безопасности и профилактика травматизма в футболе. Гигиена. Режим дня спортсмена. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви для занятий. Уход за телом.

Оценка учащимися своего самочувствия, уровня физической подготовленности.

Краткое содержание занятий. Простейшие упражнения по освоению элементов техники.

Контроль и самоконтроль занимающихся на основе нормативов. Определение и устранение типичных ошибок при выполнении упражнений.

Задания для самостоятельных занятий. Проверка их выполнения.

Практика:

Общая физическая подготовка

Основной задачей занятий по общей физической подготовке является укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие занимающихся. Особенно благоприятен ранний возраст учащихся для развития качеств и способностей, не связанных с проявлением их абсолютных показателей.

Целесообразно развивать такие качества, как гибкость, ловкость, выносливость, двигательно-координационные способности, быстрота реакции, силовые способности. Для этого применяются широкий комплекс общеразвивающих упражнений, подвижные игры, беговые и прыжковые упражнения:

- упражнения для мышц живота и спины: повороты, наклоны и вращения туловища в различных направлениях;
- общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движений – махи руками, ногами – вперед-вверх, в стороны-вверх;
- упражнения с преодолением собственного веса:
- выталкивания туловища разгибом в локтевых суставах в наклоне от стены, от скамейки, от пола;
- поднимания на носки;
- приседания на двух ногах при разном положении ног;
- приседания на одной ноге;
- пружинистые покачивания в выпаде со сменой ног;
- находясь в полуприседе, ноги широко расставлены – перенос веса тела с левой ноги на правую;
- подъем ног за голову с касанием носками пола за головой из положения лёжа на спине;
- подъем туловища с касанием пальцами рук носков ног из положения лёжа на спине;
- упражнения с набивными мячами (вес до 1 кг) (броски двумя руками из-за головы, справа сбоку, слева сбоку, снизу);
- упражнения с резиновыми бинтами (амортизаторами);
- из положения виса на гимнастической стенке (или перекладине) подъем согнутых и прямых в коленях ног до прямого угла ног по отношению к туловищу; ходьба на носках, на пятках, на внешней и внутренней стороне ступни;
- всевозможные упражнения на гимнастической скамейке, стенке;
- подвижные игры без мяча: «салки»; с мячом: футбол, баскетбол.

Специальная физическая подготовка

Для развития специальных физических качеств (координационные способности, игровая выносливость, скоростные и скоростно-силовые качества) применяется широкий комплекс упражнений, направленных на подготовку наиболее важных в футболе мышц туловища, ног, рук, шеи.

Для воспитания скоростных качеств используются следующие упражнения:

- различные виды бега: на месте, семенящий бег, бег на короткие дистанции на время – 10, 15, 20 метров, челночный бег 6х8 метров (бег с переменной направленности от одной боковой линии корта до другой), бег со сменой направления (зигзагом), бег скрестным шагом в различных направлениях, бег спиной;

- ускорения и рывки вперед с мячом, рывки к мячу с последующим ударом по воротам;
- подвижные игры: «День и ночь», «Хватай первым», «Вызов номеров», «Беги за мной».

Для развития скоростно-силовых качеств:

- прыжки: с места толчком обеих ног, через гимнастическую скамейку (через линию, нарисованную мелом на полу), боком вправо-влево, со скакалкой;
- выпрыгивания из приседа;
- прыжки «кенгуру» с подтягиванием колен к груди;
- многоскоки на одной и двух ногах, с ноги на ногу;
- прыжки в приседе вперед, назад, влево, вправо;
- прыжки вверх с поворотом и имитацией ударов головой и ногами.

Упражнения для развития координационных способностей:

- из упора присев, поочередно переставляя руки, прийти в положение упора лежа и обратно;
- кувырки вперед, назад, в стороны;
- различные прыжки на месте; на скамейку со скамейки; с продвижением вперед и перепрыгиванием через препятствие и т.п.

Для развития силы мышц ног и туловища могут быть рекомендованы:

- имитация передвижений в игровой стойке вправо-влево и вперед-назад.

Для развития мышц рук и верхней части туловища могут быть рекомендованы:

- упражнения с набивными мячами разного веса: метание двумя, одной рукой в различных направлениях;
- упражнения с амортизаторами и резиновыми бинтами.

Техническая подготовка

Техническая подготовка обеспечивает наиболее эффективное решение принципиальных двигательных задач, решение которых должно быть направлено на выбор и умение применять в игре:

- прямой и резаный удар по мячу;
- точность удара;
- удар по мячу внутренней и внешней частью подъема, внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба;
- остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы, грудью;
- ведение мяча внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороны стопы;
- обманных движений;
- отбор мяча - перехватом, выбивание мяча, толчком соперника;
- вбрасывания мяча из положения шага.

Анализ выполнения технических приемов игры вратаря:

- ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой;
- падения перекатом;

- выбивания мяча из рук.

Основными принципами работы являются последовательность заданий и упражнений, переход от простого к сложному.

Тактическая подготовка

Тактическая подготовка осуществляется в тренировочных занятиях, контрольных играх. Дается понятие о тактике и тактической комбинации. Характер игровых действий вратаря, защитников, полузащитников, и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Упражнения для развития умения «видеть поле». Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча и с мячом. Групповые действия: взаимодействие двух и более игроков. Тактика защиты: групповые действия, тактика игры вратаря.

По завершении предусмотрены соревнования.

9. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование раздела программы и тем урока	Кол-во часов	Тип занятия	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся (результат) (знать/уметь)	Вид контроля.	Оборудование, дидактический материал, ТСО и ИТ
1	Техника передвижения футболиста.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол Знать правила ТБ	ТК	Презентация
2	Техника передвижения футболиста.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Карточки
3	Техника передвижения футболиста.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
4	Техника передвижения футболиста.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Карточки
5	Техника	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары	Уметь	ТК	Презентация

	передвижения футболиста.			по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол Знать правила ТБ		
6	Техника передвижения футболиста.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Карточки
7	Техника передвижения футболиста.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
8	Техника передвижения футболиста.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Карточки
9	Перемещения, остановки во время бега. Удары правой и левой ногой.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, Удары правой и левой ногой.	ТК	Презентация
10	Перемещения, остановки во время бега. Удары, правой и левой ногой.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, Удары правой и левой ногой.	ТК	Карточки
11	Перемещения, остановки во время бега. Удары правой и левой ногой.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, Удары правой и левой ногой.	ТК	Карточки
12	Перемещения, остановки во время бега. Удары правой и левой ногой.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, Удары правой и левой ногой.	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
13	Перемещения, остановки во время	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей.	Уметь Владеть мячом: держание,	ТК	Спортивное оборудование

	бега. Удары правой и левой ногой.			Играть в мини-футбол	передачи на расстоянии, Удары правой и левой ногой.		и инвентарь
14	Перемещения, остановки во время бега. Удары, правой и левой ногой.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, Удары правой и левой ногой.	ТК	Карточки
15	Перемещения, остановки во время бега. Удары правой и левой ногой.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, Удары правой и левой ногой.	ТК	Карточки
16	Перемещения, остановки во время бега. Удары правой и левой ногой.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, Удары правой и левой ногой.	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
17	Перемещения, остановки во время бега. Удары правой и левой ногой.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, Удары правой и левой ногой.	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
18	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	ТК	Презентация
19	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	ТК	Карточки
20	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со	Уметь Владеть мячом: остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары	ТК	Презентация

	внешней частью подъема.			сменой мест.	внешней частью подъема.		
21	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	ТК	Карточки
22	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
23	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	ТК	Презентация
24	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	ТК	Карточки
25	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	ТК	Презентация

26	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	ТК	Карточки
27	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары внешней частью подъема.	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
28	Остановка опускающегося мяча на месте. Удар по летящему мячу.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: остановка опускающегося мяча на месте. Удар по летящему мячу	ТК	Карточки
29	Остановка опускающегося мяча на месте. Удар по летящему мячу.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: остановка опускающегося мяча на месте. Удар по летящему мячу	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
30	Остановка опускающегося мяча на месте. Удар по летящему мячу.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: остановка опускающегося мяча на месте. Удар по летящему мячу	ТК	Презентация
31	Удары на точность. Ведение мяча с изменением скоростью	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Презентация
32	Удары на точность. Ведение мяча с	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание,	ТК	Спортивное оборудование

	изменением скорость			Удары на точность. Ведение мяча с изменением скорость	передачи на расстоянии, играть в мини-футбол		и инвентарь
33	Удары на точность. Ведение мяча с изменением скорость	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
34	Удары на точность. Ведение мяча с изменением скорость	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
35	Удары на точность. Ведение мяча с изменением скорость	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Презентация
36	Удары на точность. Ведение мяча с изменением скорость	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Удары на точность. Ведение мяча с изменением скорость	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
37	Удары на точность. Ведение мяча с изменением скорость	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
38	Удары на точность. Ведение мяча с изменением скорость	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
39	Техника игры вратаря. Удары по катящемуся мячу.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: техника игры вратаря. Удары по катящемуся мячу	ТК	Презентация
40	Техника игры	2	КУ	Совершенствование перемещений и	Уметь	ТК	Карточки

	вратаря. Удары по катящемуся мячу.			остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Владеть мячом: техника игры вратаря. Удары по катящемуся мячу		
41	Техника игры вратаря. Удары по катящемуся мячу. Практические занятия по пройденному материалу.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: техника игры вратаря. Удары по катящемуся мячу	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
42	Техника игры вратаря. Удары по катящемуся мячу.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест	Уметь Владеть мячом: техника игры вратаря. Удары по катящемуся мячу	ТК	Карточки
43	Остановка мяча в движении. Удары после остановки, ведения, рывка.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча в движении. Удары после остановки, ведения, рывка	ТК	Презентация
44	Остановка мяча в движении. Удары после остановки, ведения, рывка.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча в движении. Удары после остановки, ведения, рывка	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
45	Остановка мяча в движении. Удары после остановки, ведения, рывка.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча в движении. Удары после остановки, ведения, рывка	ТК	Презентация
46	Остановка мяча в движении. Удары после остановки, ведения, рывка.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча в движении. Удары после остановки, ведения, рывка	ТК	Карточки
47	Удары по мячу головой. Остановки	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: Удары по мячу	ТК	Спортивное оборудование

	прыжками.				головой. Остановки прыжками		и инвентарь
48	Удары по мячу головой. Остановки прыжками.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: Удары по мячу головой. Остановки прыжками	ТК	Презентация
49	Удары по мячу головой. Остановки прыжками.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: Удары по мячу головой. Остановки прыжками	ТК	Карточки
50	Удары по мячу головой. Остановки прыжками.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: Удары по мячу головой. Остановки прыжками	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
51	Удары по мячу головой. Остановки прыжками.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: Удары по мячу головой. Остановки прыжками	ТК	Презентация
52	Удары по мячу головой. Остановки прыжками.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: Удары по мячу головой. Остановки прыжками	ТК	Карточки
53	Удары по мячу головой. Остановки прыжками.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: Удары по мячу головой. Остановки прыжками	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
54	Удары по мячу головой. Остановки прыжками.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема.	Уметь Владеть мячом: Удары по мячу головой. Остановки прыжками	ТК	Карточки
55	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, Ведение мяча внешней частью стопы	ТК	Презентация
56	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, Ведение мяча внешней частью стопы	ТК	Карточки

57	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, Ведение мяча внешней частью стопы	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
58	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, Ведение мяча внешней частью стопы	ТК	Презентация
59	Остановка мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, играть в мини-футбол	ТК	Карточки
60	Остановка мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча.	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
61	Остановка мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча	ТК	Презентация
62	Сдача контрольных нормативов	2	КУ	Бег 30м; прыжки в длину с места; удар по мячу на дальность; бег 300м	Бег 30м5,3;5.1:4.9: Прыжок в длину с места 150;160;175:45;50: Бег 300м61;59:	ТК	Карточки
63	Сдача контрольных нормативов	2	КУ	Жонглирование мячом (кол-во ударов) ведение мяча с обводкой стоек; бег 400м	Жонглирование мячом10;12;14: Ведение мяча с обводкой стоек; 18 раз Бег 400м1,15	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
64	Сдача контрольных	2	КУ	6 минутный бег; удар по мячу ногой на	6 минутный бег	ТК	Карточки

	нормативов			дальность	1300;1400 Удар по мячу ногой на дальность 45; 50;		
65	Ведение мяча внешней частью. Остановка мяча. Практические занятия по пройденному материалу.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча внешней частью. Остановка мяча	ТК	Презентация
66	Ведение мяча внешней частью. Остановка мяча. Практические занятия по пройденному материалу.	2	УПОС 3	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча внешней частью. Остановка мяча	ТК	Соревнования
67	Ведение мяча внешней частью. Остановка мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча внешней частью. Остановка мяча	ТК	Презентация
68	Ведение мяча внешней частью. Остановка мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча внешней частью. Остановка мяча	ТК	Презентация
69	Ведение мяча внешней частью. Остановка мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча внешней частью. Остановка мяча	ТК	Презентация
70	Ведение мяча внешней частью. Остановка мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со	Уметь Владеть мячом: ведение мяча внешней частью. Остановка мяча	ТК	Презентация

				сменой мест.			
71	Ведение мяча внешней частью. Остановка мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча внешней частью. Остановка мяча	ТК	Презентация
72	Ведение мяча внешней частью. Остановка мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча внешней частью. Остановка мяча	ТК	Презентация
73	Ведение мяча внешней частью. Остановка мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча внешней частью. Остановка мяча	ТК	Карточки
74	Ведение мяча внешней частью. Остановка мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча внешней частью. Остановка мяча	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
75	Ведение мяча внешней частью. Остановка мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча внешней частью. Остановка мяча	ТК	Презентация
76	Удары на точность. Ведение мяча.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: удары на точность. Ведение мяча	ТК	Презентация
77	Удары на точность. Ведение мяча.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: удары на точность. Ведение мяча	ТК	Карточки

78	Удары на точность. Ведение мяча.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: удары на точность. Ведение мяча	ТК	Карточки
79	Удары на точность. Ведение мяча.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: удары на точность. Ведение мяча	ТК	Презентация
80	Удары на точность. Ведение мяча.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: удары на точность. Ведение мяча	ТК	Карточки
81	Удары на точность. Ведение мяча.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: удары на точность. Ведение мяча	ТК	Карточки
82	Ведение мяча по прямой, меняя направление. Остановка мяча грудью.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: ведение мяча по прямой, меняя направление. Остановка мяча грудью.	ТК	Презентация
83	Ведение мяча по прямой, меняя направление. Остановка мяча грудью.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: ведение мяча по прямой, меняя направление. Остановка мяча грудью.	ТК	Карточки
84	Ведение мяча по прямой, меняя направление. Остановка мяча грудью.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: ведение мяча по прямой, меняя направление. Остановка мяча грудью.	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
85	Ведение мяча по прямой, меняя	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча	ТК	Презентация

	направление. Остановка мяча грудью.			Играть в мини-футбол	по прямой, меняя направление. Остановка мяча грудью.		
86	Остановка выпадам. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: остановка выпадом. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность.	ТК	Карточки
87	Остановка выпадам. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: остановка выпадом. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность.	ТК	Презентация
88	Остановка выпадам. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: остановка выпадом. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность.	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
89	Остановка выпадам. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: остановка выпадом. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность.	ТК	Карточки
90	Остановка выпадам. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность.	2	УПОС 3	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: остановка выпадом. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность.	ТК	Соревнования
91	Остановка выпадам. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: остановка выпадом. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность.	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь

92	Ведение мяча правой левой ногой. Удары в ноги партнеру.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча правой левой ногой. Удары в ноги партнеру	ТК	Презентация
93	Ведение мяча правой левой ногой. Удары в ноги партнеру.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча правой левой ногой. Удары в ноги партнеру	ТК	Карточки
94	Ведение мяча правой левой ногой. Удары в ноги партнеру.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча правой левой ногой. Удары в ноги партнеру	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
95	Ведение мяча правой левой ногой. Удары в ноги партнеру.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: ведение мяча правой левой ногой. Удары в ноги партнеру	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
96	Ведение мяча меня направление. Удары в цель после остановки.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, удары в цель после остановки.	ТК	Карточки
97	Ведение мяча меня направление. Удары в цель после остановки.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, удары в цель после остановки	ТК	Презентация
98	Ведение мяча меня направление. Удары в цель после остановки.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со	Уметь Владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, удары в цель после остановки	ТК	Карточки

				сменой мест.			
99	Удары низом на короткое и среднее расстояние.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: удары низом на короткое и среднее расстояние.	ТК	Презентация
100	Удары низом на короткое и среднее расстояние.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: удары низом на короткое и среднее расстояние	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
101	Удары низом на короткое и среднее расстояние.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: удары низом на короткое и среднее расстояние	ТК	Презентация
102	Удары низом на короткое и среднее расстояние.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: удары низом на короткое и среднее расстояние	ТК	Карточки
103	Удары низом на короткое и среднее расстояние.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: удары низом на короткое и среднее расстояние	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
104	Удары низом на короткое и среднее расстояние.	2	КУ	ОФП, СФП, отработка техники Удары по мячу внутренней частью подъема. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры с мячом	Уметь Владеть мячом: удары низом на короткое и среднее расстояние	ТК	Презентация
105	Остановка мяча грудью на месте. Дальние удары.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча грудью на месте. Дальние удары	ТК	Карточки
106	Остановка мяча грудью на месте. Дальние удары.	2	УПОС 3	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча грудью на месте. Дальние удары	ТК	Соревнования
107	Остановка мяча грудью на месте.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей.	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча	ТК	Спортивное оборудование

	Дальние удары. Практические занятия по пройденному материалу.			Играть в мини-футбол	грудью на месте. Дальние удары		и инвентарь
108	Остановка мяча грудью в движении. Удары правой, левой ногой на точность.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча грудью на месте. Дальние удары	ТК	Карточки
109	Остановка мяча грудью в движении. Удары правой, левой ногой на точность.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча грудью на месте. Дальние удары	ТК	Презентация
110	Остановка мяча грудью в движении. Удары правой, левой ногой на точность.	2	КУ	ОРУ. Развитие координационных способностей. Играть в мини-футбол	Уметь Владеть мячом: Остановка мяча грудью на месте. Дальние удары	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
111	Удары на точность. Ведение мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: удары на точность. Ведение мяча.	ТК	Презентация
112	Удары на точность. Ведение мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: удары на точность. Ведение мяча.	ТК	Презентация
113	Удары на точность. Ведение мяча.	2	КУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь Владеть мячом: удары на точность. Ведение мяча.	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
114	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки

	движения (финты)			движении различными способами со сменой мест.			
115	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Спортивное оборудование и инвентарь
116	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Презентация
117	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
118	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
119	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
120	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
121	Ведение мяча внешней частью	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки

	стопы. Обманные движения (финты)			сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.			
122	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
123	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
124	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
125	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
126	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
127	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки

128	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
129	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
130	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
131	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
132	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
133	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки
134	Ведение мяча внешней частью стопы. Обманные движения (финты)	2	УВПУ	Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	ТК	Карточки

				сменной мест.			
135	Промежуточная аттестация	2	УВПУ	Итоговые соревнования	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	Контроль, перевод на следующий год обучения	Итоговые соревнования
136	Промежуточная аттестация	2	УВПУ	Итоговые соревнования	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре	Контроль, перевод на следующий год обучения	Итоговые соревнования

В программе используются следующие обозначения:

- УВПУ - уроки выработки практических умений;
- УПОСЗ - уроки повторения, обобщения, систематизации знаний;
- КУ - комбинированные уроки.

10. Учебно-методические пособия. Список литературы

Организационно-педагогические условия реализации программы

Качество реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» обеспечивается за счет:

- доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы;
- наличия комфортной развивающей образовательной среды;
- наличия качественного состава педагогических работников, имеющих среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного материала;
- применение современных педагогических технологий.

Кадровое обеспечение реализации программы

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования или учитель, имеющий высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки»; высшее либо среднее профессиональное образование в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования по направлению подготовки «Образование и педагогические науки» без предъявления требования к опыту практической работы.

Материально-технические средства реализации программы

Наличие комфортной образовательной среды включает в себя:

- оборудованную спортивную площадку, спортивный зал;
- мячи, скакалки, гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, гимнастические маты, стойки, рулетка,
- фонотека спортивных песен, стихов;
- аудио-, видеоаппаратура.

Методическое обеспечение программы

Для успешной реализации данной программы используются современные методы и формы занятий, которые помогают сформировать у обучающихся устойчивый интерес к данному виду деятельности:

На занятиях с детьми с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) используются наглядные пособия, облегчающие изучение материала:

- дидактические пособия (карточки, инструкции, раздаточный материал, вопросы и задания для устного опроса, справочные материалы, тексты);
- звуковые (аудиозаписи);
- смешанные (видеозаписи, фрагменты телепередач и кинофильмов, материалы со специализированных сайтов в Интернете);
- статьи из газет и журналов;
- спортивная форма и аксессуары;
- спортивный инвентарь (мячи, скакалки, сетка футбольная, ворота футбольные, гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, гимнастические маты, стойки, обручи, рулетка).

Методические пособия для реализации программы:

- планы-конспекты открытых и конкурсных занятий, соревнований;
- фото и видеоматериалы о коллективе и его традициях;
- записи удачных выступлений на соревнованиях;
- альбомы с фотографиями и статьями из СМИ;
- аудиозаписи (фонотека спортивных песен, стихов о спорте, легкой атлетике);
- книги по истории легкой атлетики, фото выпускников;
- список Интернет-ресурсов для освоения педагогом современных образовательных технологий в работе с детьми с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и их родителями по вопросам организации, разработки рабочих программ и пособий, методического обеспечения занятий, повышения профессионального мастерства.

Практические методы: выполнение спортивных элементов; посещение соревнований участие в соревнованиях.

Методы стимулирования и мотивации: формирование опыта эмоционально ценностных отношений у обучающихся; интереса к деятельности и позитивному поведению.

Методы создания положительной мотивации обучающихся:

- эмоциональные: ситуации успеха, поощрение и порицание, познавательная игра, свободный выбор задания, удовлетворение желания быть значимой личностью;
- волевые: предъявление образовательных требований, формирование ответственного отношения к получению знаний и навыков; информирование о прогнозируемых результатах образования.

Информационное обеспечение реализации программы.

Программное обеспечение: Операционная система: Windows (XP или выше).

Для работы с интернет-порталом необходим любой из перечисленных ниже браузеров: Internet Explorer; Mozilla Firefox; Google Chrome.

Сайты:

1. Советский спорт - www.sovsport.ru
2. Спорт - tatsport.com
3. Спорт-экспресс - www.sport-express.ru

Литература для педагогов:

1. Монаков, Г. В. Подготовка футболистов: теория и практика [Текст] / Г. В. Монаков. – М.: Сов. Спорт, 2017. – 288 с.
2. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – М.: Академия, 2018. – 400 с.
3. Спортивные игры : Техника, тактика обучения: учеб. пособие для студентов пед. вузов./ Под. ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – М.: Академия, 2018. – 520 с.
4. Шамардин, А. И. Оптимизация функциональной подготовленности футболистов: учеб. пособие / А. И. Шамардин. – М.: Мир и образование, 2020. – 272 с. [Электронный ресурс] – <http://www.biblioclub.ru/book/98705/>

Литература для обучающихся и родителей:

1. Голомазов, С. В. Футбол. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства/ С. В. Голомазов, Б. Г. Чирва.– М.: СпортАкадемПресс, 2020. – 80 с.
2. Голомазов, С. В. Футбол: Тренировка вратаря/С. В. Голомазов, Б. Г. Чирва. – М. : Пески, 2016. – 202 с.
3. Коробейник, А. В. Футбол. Самоучитель игры [Текст] : пособие для начинающего мастера / А. В. Коробейник. – Ростов н/Д : Феникс, 2020. – 320 с.
4. Монаков, Г. В. Техническая подготовка футболистов: учебное пособие / Г. В. Монаков. – М.: Физкультура и спорт, 2014. – 180 с.
5. Психосоматика. Авторская методика В. Толкачева. - Сп Б ЛГУ, 2012 г.
6. Тюленьков, С. Ю. Футбол в зале: система подготовки/С. Ю. Тюленьков, А. А. Федоров. – М.: Terra-спорт, 2020. –86 с.

