



## АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА

### Департамент образования

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 131»

Принята на Педагогическом совете  
протокол №1  
от «30» августа 2022 г

**УТВЕРЖДЕНА**

**Приказом  
директора МБОУ «Школа № 131»  
от «1» сентября 2022г. №201-о**

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА

## «Школьный спортивный клуб «Форвард»»



Программа рассчитана на 1 год.

Возраст детей от 5 до 18 лет.

Разработчик:

Учитель физической культуры

Пантелеева Юлия Александровна

г. Нижний Новгород, 2022 год

## Содержание

1.	Информационная карта программы	3
2.	Пояснительная записка	5
3.	Календарный учебный график	11
4.	Рабочая программа	13
5.	Оценочный материал	17
6.	Методический материал	19
7.	Материально-техническое обеспечение	19
8.	Информационное обеспечение программы	22

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1.	Название программы	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Школьный спортивный клуб «Форвард»»
2.	Автор и руководитель программы	Учитель физической культуры Пантелеева Юлия Александровна
3.	Территория, представившая программу	Нижний Новгород, Приокский район.
4.	Название проводящей организации	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа №131».
5.	Адрес организации	603144 Нижний Новгород, ул. Цветочная, дом 6.
6.	Телефон	(831) 437-87-01
7.	Форма проведения	Занятия детского спортивного объединения.
8.	Цель программы	Разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма. Привлечение как можно большего числа учащихся к систематическим занятиям в спортивном клубе.
9.	Специализация программы	Футбол
10.	Сроки реализации программы	1 год
11.	Место реализации программы	МБОУ «Школа №131», Приокского района.
12.	Официальный язык программы	Русский

13.	Общее количество участников	50-60 человек.
14.	География участников программы	Обучающиеся МБОУ «Школа №131», г. Нижний Новгород, Приокский район.
15.	Условия участия в программе	Желание детей, заявление от лица родителей (законных представителей), основная группа здоровья.
16.	Условия размещения участников	Спортивный зал; Тренажерный зал.
17.	Краткое содержание программы	<p>1) Соревнования в течение года:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Внутриклубные;</li> <li>-Районные;</li> <li>-Городские;</li> <li>-Региональные.</li> </ul> <p>2) Мероприятия для участия клуба.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Семейные соревнования "Мама, папа, я – спортивная семья"</li> <li>- Спортивный праздник, посвящённый Дню защитника Отечества (турнир по футболу для отцов и детей)</li> </ul> <p>3) Проведение мастер-классов по различным видам спортивной деятельности для повышения уровня мастерства юных спортсменов.</p>

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по футболу (далее «Программа»), разработана на основе Федерального Закона № 273 «Об образовании в РФ», «Конвенции ООН о правах ребенка», СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014 № 41, приказа Минпросвещения от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" и направлена на развитие спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа является программой **спортивно-оздоровительной направленности**.

Футбол по праву считается самым массовым и популярным видом спорта. Размеры футбольного поля и особенности игры представляют к её участникам повышенные требования в плане двигательной активности, проявляющейся в различных формах перемещений (ходьба, равномерный бег, ускорения, рывки с изменением направления, прыжки). Специфику футбола определяют действия с мячом, к которым относятся: удары, ведение, остановки, отбор, финты, ввод из-за боковой линии и приёмы техники игры вратаря.

Спортсмен-футболист должен по всем показателям соответствовать требованиям сегодняшнего дня: быть физически подготовленным, в совершенстве владеть техническими приемами, уметь взаимодействовать с партнерами по звеньям, проявлять тактическую смекалку, наносить точные удары по воротам. Именно от этих основных компонентов в первую очередь и зависит мастерство игрока. Футболист – это в своем роде актер, который должен сыграть свою игру на определенную тему, но в условиях преодоления сопротивления соперника, исходя из ситуации, которая меняется чуть ли не каждую секунду.

Большое значение имеет влияние, которое оказывает занятия футболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы.

В футболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность - мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроение двигательных действий, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что создалась потребность у обучающихся в личном физическом совершенствовании своего мастерства через соревновательную деятельность в данном виде спорта.

**Изучение данного курса позволит обучающимся:**

- сформировать знания, умения, навыки в области физической культуры и спорта, в том числе в футболе;
- осуществить подготовку к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;
- подготовить одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организовать досуг и сформировать потребности в поддержании здорового образа жизни;

- создать условия для физического образования, воспитания и развития детей.

**Педагогическая целесообразность программы** объясняется выбором основных задач реализации Программы:

- формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- формирование навыков адаптации в жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.

Основной **целью** реализации Программы является осуществление образовательной деятельности по избранному виду спорта для детей до 18 лет и создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий футболом.

### **Задачи программы:**

#### ***Обучающие:***

- Обучение основным приёмам техники и тактическим действиям игры в футбол;
- Освоение специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры;
- Обучение простейшим организационным навыкам, необходимым понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту;
- Приобретение знаний о футболе, его истории и о современном развитии и роли в формировании здорового образа жизни;
- Формирование стойкого интереса к занятиям.

### ***Развивающие:***

- Укрепление здоровья и закаливание организма подростков;
- Привитие навыков соревновательной деятельности;
- Расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями;
- Развитие координации движений и основных физических качеств: сила, ловкость, быстрота реакции;
- Формирование навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

### ***Воспитывающие:***

- Всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма;
- Формирование дружеских отношений внутри детского коллектива;
- Воспитание привычки к занятиям физической культурой и спортом как коллективно, так и самостоятельно;
- Способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- Воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность.

### **Планируемые результаты реализации программы:**

**Личностными результатами** освоения курса являются:

- Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- Способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к



окружающим.

**Метапредметными результатами** освоения курса являются:

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- Уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии;
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;
- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.

**Предметными результатами** освоения курса являются:

- Владение техническими приемами и тактическими взаимодействиями;
- Владение техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам;
- Организация самостоятельных занятий футболом, а также, с группой товарищей;
- Контроль и регулирование функциональном состоянии организма при выполнении физических упражнений;
- Владеть игровыми ситуациями на поле;
- Играть в футбол по правилам;
- Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

## **Организационно-педагогические условия реализации программы**

- **Возраст детей и сроки реализации программы, наполняемость учебных групп:**

Программа предназначена для обучающихся 5–18 лет, и направлена на развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий футболом. Деятельность спортивного объединения осуществляется на базе МБОУ «Школа № 131» Приокского района г. Н.Новгорода. К деятельности привлекаются учащиеся 1–11 классов, классные руководители, и администрация школы.

### **Формы и режим занятий:**

Занятия проводятся 1 раз в месяц по 2 академических часа (1 час 30 минут).

*Программа может быть реализована в дистанционной форме.*

- беседы, лекции, теоретические занятия;
- тестовые задания по тактическим действиям игры;
- просмотры и разборы футбольных матчей;
- практические занятия по общей физической подготовке.







**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА**

**Департамент образования**

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Школа №131"

**УТВЕРЖДЕНА**

**Приказом директора МБОУ «Школа № 131»  
от «1» сентября 2022г. №201-о**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**дополнительной общеразвивающей программы  
«Школьный спортивный клуб Форвард»**

Направленность: спортивно-оздоровительная

**Составитель:**

учитель физической культуры  
Пантелеева Юлия Александровна

г. Нижний Новгород, 2022 год

## Аннотация к рабочей программе

### Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения
1	Открытое первенства Н. Новгорода по мини-футболу среди юношеских команд 2013 г.р.	4	Январь-Апрель
2	Открытое первенство Н. Новгорода по мини-футболу среди юношеских команд 2014 г.р	4	Январь-Апрель
3	Мастер класс для вратарей	4	Октябрь 2014–2015 г.р Октябрь 2013–2014 г.р Октябрь 2013–2014 г.р Сентябрь 2011–2012 г.р
4	Товарищеский турнир среди юношей по мини-футболу 2015 г.р СК "Северный"	2	Ноябрь 2014-2015 г.р
5	Открытое первенство Н. Новгорода по мини-футболу среди юношеских команд 2015г.р.	4	Январь-Апрель
6	Мастер класс по футболу для воспитанников ШСК "FORWARD"	4	Март 2014–2015 г.р Март 2013–2014 г.р Март 2013–2014 г.р Март 2011–2012 г.р
7	Товарищеский матч на базе МБОУ "Школа 131"	4	Февраль 2011–2012 г.р Январь 2014–2015 г.р Январь 2013–2014 г.р Январь 2012-2013 г.р
8	Открытое первенство Н. Новгорода по мини-футболу среди юношеских команд 2014 г.р	4	Январь-Апрель
9	Турнир по мини-футболу ГТК "Лесной квартал"	2	Ноябрь 2014-2015 г.р
10	Мастер класс по регби	4	Апрель
11	Осенний турнир по мини-футболу	4	Сентябрь
12	Мастер класс по Брейк-дансу	4	Май
13	Мастер класс по ритмике	4	Декабрь
14	Ежегодный предновогодний турнир "Forward cup"	4	Декабрь

			2011–2012 г.р 2014–2015 г.р 2013–2014 г.р 2012–2013 г.р
15	Мастер-класс по единоборствам.	4	Июнь (летний лагерь-сборы)
16	Товарищеский матч на базе МБОУ "Школа 131"	4	Июнь (летний лагерь-сборы)
17	Мастер-класс по акробатике	4	Май 2011-2012 г.р 2014-2015 г.р 2013-2014 г.р 2012-2013 г.р
18	Турнир по мини-футболу ДС "Полет"	4	Март 2014-2015 г.р 2013-2014 г.р
19	Мастер-класс для вратарей	4	Июнь (летний лагерь-сборы)

## Содержание программы

Решает задачу повышения общей работоспособности. В качестве основных средств применяются: общеразвивающие упражнения, как с предметами (гантели, скакалки, набивные мячи, обручи), так и без предметов, а также упражнения из других видов спорта (гимнастика, акробатика, легкая атлетика, спортивные игры). Все эти средства оказывают общее воздействие на организм занимающихся, при этом развивается и укрепляется опорно-двигательный аппарат, совершенствуются функции внутренних органов и систем, улучшается координация движений, повышается уровень двигательных качеств, укрепляются защитные функции организма. Скоординированное развитие основных физических качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости и гибкости)- необходимое условие успешной подготовки футболиста.

Мастер-класс по ритмике	Танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело ребенка, это ритмическое воспитание, педагогические системы и методы, построенные
-------------------------	---

	на сочетании музыкальных (художественных) форм и пластических движений или по-другому - это эмоциональный отклик на музыку.
Мастер-класс по регби	Бесконтактная игра, где для того, чтобы перехватить мяч у соперника, требуется только сорвать ленточку, привязанную к поясу игрока. Регби сочетает в себе акробатику, легкую атлетику, борьбу, хорошо развивает выносливость.
Мастер-класс по брейк-дансу	Спортивный стиль уличных танцев. Развить умение согласовывать движения тела с музыкой, выразительность и грамотность исполнения движений. Совершенствование физических качеств: развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей; развитие чувства ритма, музыкального слуха.
Мастер-класс для вратарей	Умеренная тренировка в упражнениях, которые есть у каждого вратаря и его тренера, укрепляет способность голкипера координировать свои движения с высоким проявлением волевых и скоростно-силовых качеств. Кроме этого, для вратаря важна приобретенная в таких упражнениях интегративная способность концентрировать свои возможности в двигательных проявлениях
Мастер-класс по футболу для воспитанников ШСК "Форвард"	Гостем мастер-класса является действующий и играющий футболист. Развивать у юных футболистов точность, координацию движений, быстроту реакций, силу, глазомер. Показать ребятам азы владения мячом и сыграть с ними в футбол.
Мастер-класс по акробатике	Работа специалиста по акробатической подготовке: а) С вратарями. б) С командой.



	<p>в) Индивидуально, или по группам.</p> <p>Занятия формируют навыки владения своим телом, работы на высоте; обеспечивают высокий уровень функционирования двигательного и зрительного анализаторов, вестибулярного аппарата.</p> <p>Занятия акробатикой имеют эффект активного отдыха, что играет не маловажную роль при интенсивном графике тренировочного и соревновательного процесса, а также эффективны в системе реабилитации футболистов с патологией опорно-двигательного аппарата.</p>
<p>Мастер-класс по единоборствам</p>	<p>Одна из специфических сторон футбола — это непосредственный контакт с соперником с большим количеством единоборств и сопротивлений. И поэтому необходимо учиться испытывать удовлетворение от единоборств. Научиться играть под прессингом, не испытывая при этом неудобств. Ведь физическое состояние футболиста тесно связано с психологическим, а эмоциями проблему не решишь.</p>

### **Оценочный материал программы**

***Первый этап*** – оценка физической формы обучающихся в форме контрольных тестов (нормативов). Для этого 2 раза в год (в начале учебного года и в конце) проводятся испытания по следующим контрольным нормативам и выявляется уровень физической подготовленности занимающихся:

		Возраст (лет)
--	--	---------------

	Контрольные упражнения	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	Бег 30 м (с)	5,6	5,3	5,1	5,1	5,0	5,0	4,8	4,5	4,5
2	Бег 300 м (с)	72	61	59	59	55	55	52	50	50
3	6–минутный бег (м.)	1050	1150	1300	1300	1350	1350	1370	1500	1500
4	Прыжок в длину с места (см.)	145	160	165	165	170	170	185	200	200
5	Бег 30 м. с ведением мяча (с.)	7,0	6,5	6,3	6,3	6,0	6,0	5,5	5,0	5,0
6	Удар по мячу ногой на дальность (м.)	25	35	45	45	50	55	55	60	65
7	Жонглирование мячом (количество ударов)	7 - 8	10	12	12	15	15	20	25	30
8	Удар по мячу ногой на точность попадания (число попаданий.)	4 - 3	4	5	5	10	10	15	20	25
9	Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам (с.)	12,0	11,5	11	10,5	10,5	10	10	9	8
10	Бросок мяча рукой на дальность (м.)	6 - 7	9	13	15	15	20	25	30	30

**Второй этап** – опрос обучающихся в виде теста о прохождении мастер-классов.

**Третий этап** – участие обучающихся в соревнованиях оценивается с помощью результативности в процессе игры и рейтинга.

**Ожидаемые результаты:**

*К концу учебного года учащиеся:*

- Приобретают теоретические знания по всем разделам теоретической подготовки;
- Осваивают основные средства ОФП;
- Осваивают основные приёмы игры в футбол (перемещения, удары по мячу ногой, головой, остановки мяча, ведение мяча, обманные движения);
- Выполняют основные действия игры вратаря;
- Умеют ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками;
- Применяют изученные способы ударов по мячу и способы остановки мяча;
- Осваивают основы коллективной игры;
- Ориентируются при розыгрыше соперниками стандартной ситуации.

*Основные формы деятельности:*

- спортивные игры;
- соревнования;
- выполнение тестовых заданий;
- посещение мастер-классов;
- зачёт.

**Зачётные требования обучения:**

<b>№</b>	<b>Вид испытания</b>	<b>Срок</b>
1	Промежуточная аттестация. Сдача нормативов.	сентябрь
2	Промежуточная аттестация. Сдача нормативов.	май

**Промежуточная аттестация:**

Промежуточная аттестация проводится в форме собеседования, сдачи нормативов, показательных выступлений техники владения мячом:

- Аттестация по теоретической подготовке проводится в форме собеседования и заканчивается оценкой «зачет» «незачет». При ответе на 60

% вопросов ставится оценка «зачтено».

- Аттестация по общей физической и специально физической подготовки проводится в форме сдачи контрольных нормативов и заканчивается оценкой «сдано», «не сдано».

## МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ

### ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

#### *1. Методические условия:*

- наличие необходимой нормативной, распорядительной документации, программ, планов, методической литературы;
- оказание методической помощи педагогическим работникам;
- освещение деятельности ШСК в СМИ.

#### *2. Материально-технические условия предусматривают:*

- наличие спортивно-оздоровительных зон (спортивный зал, спортивные площадки)
- наличие спортивного оборудования и инвентаря.

№	Большой зал	Ед.из м.	КОЛ-ВО
1.	Ворота для мини-футбола	шт	2
2.	Мячи для мини – футбола с сеткой	шт	10
3.	Скакалки	шт	20
4.	Мяч волейбольный	шт	2
5.	Жгуты, эспандеры	шт	по 4
6.	Фишки переносные, конусы	шт	20
7.	Мячи набивные (медицинбол)	шт	10
8.	Обручи	шт	10
9.	Гантели разновесные	шт	3
10.	Утяжелители для ног и рук	пар	5

11.	Шведская стенка	шт	10
12.	Мат гимнастический	шт	2
13.	Секундомер	шт	1
14.	Манишки	шт	20
15.	Рулетка	шт	1
16.	Свисток	шт	1

### **3. Кадровые условия:**

- Руководитель ШСК - осуществляет организацию и руководство всеми направлениями деятельности ШСК.
- Учителя физической культуры – организуют спортивно-оздоровительную работу, соревнования, праздники и др.
- Руководители спортивных секций – организуют работу спортивных кружков и секций, готовят команды для участия в соревнованиях по своему виду спорта.
- Медицинский работник – осуществляет врачебный контроль за состоянием здоровья членов ШСК, допускает учащихся к участию в спортивных соревнованиях.

### **4. Педагогические условия:**

- соответствие направления и организации работы ШСК целям и задачам, создание условий для индивидуального развития личности ребенка через участие в спортивных мероприятиях, в работе спортивных кружков и секций;
- отбор педагогических средств и приемов с учетом индивидуальных, возрастных особенностей детей;
- единство педагогических требований во взаимоотношениях с детьми.

## **Этапы реализации Программы**

### **Подготовительный этап (май-август 2022г.)**

- Изучение нормативных документов
- Анализ исходной ситуации (материально-технические, кадровые условия)

## **Организационный этап (сентябрь 2022г.)**

- Создание символики ШСК
- Организация самоуправления в ШСК
- Планирование работы
- Оформление стенда о деятельности ШСК
- Информирование педагогического коллектива, ученического и родительского сообщества о создании и функционировании ШСК.

## **Основной этап (октябрь 2022г.- май 2023г.)**

- Проведение спортивно-массовой работы с учащимися
- Функционирование спортивной секции
- Проведение различных мастер-классов
- Участие в мероприятиях и соревнованиях, различных уровней
- 

## **Заключительный этап (май-август 2023г.)**

- Анализ реализации программы
- Подготовка отчетных материалов
- Корректировка Программы
- Обобщение и распространение полученных результатов деятельности

## **Направления работы ШСК «Форвард»**

- организация и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;
- формирование и подготовка команд по футболу и обеспечение их участия в соревнованиях разного уровня;
- пропаганда физической культуры, спорта, здорового образа жизни;
- приобщение учащихся, в том числе и ограниченными возможностями здоровья, учащихся «группы риска» к занятиям физической культурой и спортом, к ведению ими здорового образа жизни;

- поощрение и стимулирование учащихся, добившихся высоких показателей в физкультурно-спортивной работе.

## **Информационное обеспечение программы.**

1. Лаптев А.П., Сучилина А.А., «Юный футболист»: Учебное пособие для тренеров. – Москва, Издательство «Физкультура и спорт», 1983г.
2. Спирин А., Будогосский А., Футбол. Правила игры вопросы и ответы 2006год. Издание второе. Дополненное. Москва 2006г.
3. Портных Ю.И. Спортивные игры и методика преподавания – Москва, Издательство «Физкультура и спорт», 1986г.
4. Качани Л., Горский Л., Тренировка футболистов – Братислава, Спорт, словацкое физкультурное издательство, 1984г.
5. Козловского В.И. Подготовка футболистов - Москва, Издательство «Физкультура и спорт», 1978г.
6. Футбол. Книга-тренер- Москва ООО «Издательство Эксмо», 2015г.
7. Гарбальяускас Ч.Л. Играем в ручной мяч – Москва. Издательство «Просвящение», 1988г.
8. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом - Москва, Издательство «Физкультура и спорт», 1971г.
9. Лясковских К.П. Техника ударов- Москва, Издательство «Физкультура и спорт», 1977г.
10. Гуревич И.А. 1500 упражнений для моделирования круговой тренировки - Минск «Высшая школа», 1980г

