

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение городского
округа Королёв Московской области «Школа – интернат для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья»
г.о.Королёв, М.о.

Рассмотрено:
на заседании ШМО воспитателей.
и кл. руководителей *28*
Протокол № *31* от «*31*» *08* 20*18* г.

«Согласовано»:
Зам. дир. по ВР *28*
Квятковская Е.Н. *28*
«*31*» *08* 20*18* г.

«Утверждаю»:
Директор МКОУ школы-интерната
Лобанова Н.А. *28*
Приказ № *26* от «*31*» *08* 20*18* г.



**Дополнительная
образовательная программа
спортивной секции
«Инфайтер»
спортивной направленности
на 2018-19 уч. год**

Разработала: педагог дополнительного
образования Юнкин Бронислав Федорович

г.о.Королёв
2018 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа кружка «Инфайтер» составлена на основе:

-Программы "Физическая подготовка в условиях специальной (коррекционной) школы VII-VIII видов на основе спортивных игр (пионербол, мини-футбол)», опубликованной на сайте <https://infourok.ru>, г. Иркутск 2013г. Программа адаптирована к условиям специальной (коррекционной) школы для детей с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями).

Деятельности кружка «Инфайтер» предполагает совместное обучение учащихся с ОВЗ, и основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении тактическими и техническими приемами игры в мини-футбол между двумя командами, каждая из которых стремится овладеть мячом и с помощью атакующих действий забить максимальное число голов в ворота противника, а после потери мяча защитить свои.

Игра протекает в сложной обстановке коллективной борьбы, в которой каждая команда прилагает все усилия и умения для достижения наилучших результатов. Каждый обучающийся должен владеть всеми приемами техники, уметь целесообразно применять их в сложной игровой обстановке и действовать согласованно со всеми членами команды, так как успех в игре приносят точно согласованные действия всех игроков и их взаимопонимание.

Двигательная деятельность обучающихся очень разнообразна и сложна. Она характеризуется большой изменчивостью применяемых движений и действий, различных по своей структуре и характеру; сложностью движений; непрерывным изменением ситуаций; динамической работой переменной интенсивностью.

В силу особенностей психофизического развития обучающихся с ОВЗ, занятия физической культурой и спортом имеют свою специфику – они направлены на коррекцию и компенсацию вторичных недостатков, возникших в результате биологической неполноценности мозга на ранних этапах развития ЦНС. При этом у умственно отсталых детей встречаются различные дефекты физического развития и моторики – отстают от норм физиометрические показатели (рост, масса тела, и др.). Замедляется формирование координации, точность, равновесия, двигательных навыков и умений, а также силы, быстроты, ловкости, выносливости, прыгучести и т.д.

Мини-футбол является мощным средством коррекции психо-физических недостатков обучающихся с ОВЗ и профилактики различных моторных нарушений.

Цель программы: формирование физической культуры личности обучающихся посредством освоения основ содержания физической деятельности с общеприкладной и спортивной направленностью, воспитание здорового образа жизни.

Задачи программы:

- укрепление здоровья и закаливание организма;
- создание условий для развития личности ребенка;
- патриотическое воспитание;
- совершенствование двигательных умений и навыков;
- Обучать выполнению элементов техники; ударов, передач, остановок мяча, отбору мяча, вбрасыванию, техники игры вратаря, способствовать приобретению специальных знаний, навыков соревновательной деятельности;
- развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости и т.д.);
- коррекции нарушений физического развития и психомоторики;
- воспитание гигиенических навыков при занятиях физическими упражнениями;
- поддержание устойчивости физической работоспособности на достигнутом уровне;
- развитие познавательных интересов, получение теоретических сведений;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств обучающихся.

Программа основана на принципах теории и методики физического воспитания, материал имеет коррекционную направленность, адаптирован к возможностям умственно отсталых детей.

Программа предусматривает 1 год обучения в двух группах: младшей и старшей, и рассчитана на возраст детей 7-17 лет.

Занятие в кружке «Инфайтер» проводятся:

Младшая группа - 2 раза в неделю (по 80 минут (2 час) и 2 раза в неделю (по 160 минут (4 часа);

Старшая группа - 2 раза в неделю (по 80 минут (2 часа));

№	Возрастная группа	Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Количество часов в году
1.	Младшая группа	80 минут (2 часа) 160 минут (4 часа)	2 раза 2 раза	438 часов
3.	Старшая группа	80 минут (2 часа)	2 раза	162 часов

Наполняемость групп до 15 человек.

Зачисление в группы производится при письменном согласии родителей или законных представителей (опекунов).

Прогнозируемые результаты и формы подведения итогов работы по программе

Планируемые результаты освоения программы включают интегративные качества обучающегося, которые он может приобрести в результате освоения программы и подготовит его к реальности взрослой жизни:

Личностные - обеспечить возможность учащимся вести здоровый и безопасный образ жизни средствами мини-футбола, воспитание положительных качеств личности, коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной, тренировочной и спортивной деятельности;

Метапредметные - развитие основных физических качеств, формирование жизненно важных двигательных умений и навыков; формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовленность.

Предметные - развитие познавательного интереса в области физической культуры и спорта, приобретение определенных знаний, умений и навыков в избранном виде спорта; владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Основной формой **подведения итогов работы** по программе являются спортивные соревнования по мини-футболу.

Основными критериями оценки работы групп по мини-футболу являются:

- стабильность состава занимающихся, посещаемость ими учебно-тренировочных занятий;
- овладение теоретическими знаниями и навыками;
- выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- уровень освоения занимающимися элементов техники мини-футбола;
- уровень освоения основ самоконтроля обучающихся;

По окончании реализации программы каждый обучающийся должен:

- освоить теоретический раздел программы;
- повысить уровень своего физического развития;
- научиться выполнять объемы тренировочных нагрузок, предусмотренных программными требованиями;
- овладеть базовой и специальной техникой, скоростными, кондиционными и координационными упражнениями, соответствующими этапу обучения.

Кроме того, учащиеся должны освоить следующие *знания и умения*:

Знать:

- значение правильного режима дня спортсмена;
- разбор и изучение правил игры в мини-футбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря;
- причины травм на занятиях по мини-футболу и их предупреждение.

Уметь:

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам;
- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- уметь владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций на поле.

**Учебно-тематический план
кружка «Инфайтер»**

Тема	Часы	
	Младшая группа	Старшая группа
Организационное занятие	4	4
Общефизическая подготовка	144	40
Специальная физическая подготовка	140	54
Изучение и совершенствование техники	52	28
Изучение и совершенствование тактики	48	24
Учебно-тренировочные игры	42	8
Контрольные игры и соревнования	8	4
Итого	438 часов	162 часов

Содержание программы кружка «Инфайтер»

Организационное занятие	Необходимо для комплектования групп, для проведения инструктажа по технике безопасности и правилам поведения на тренировке и соревнованиях, ознакомление с расписанием, ознакомление с основами знаний о физкультурной деятельности.
Общефизическая подготовка	Решает задачу повышения общей работоспособности. В качестве основных средств применяются общеразвивающие упражнения как с предметами (гантели, скакалки, набивные мячи, гимнастические палки, обручи), так и без предметов, а также упражнения из других видов спорта (гимнастика, акробатика, лёгкая атлетика, плавание, лыжи, спортивные игры).
Специальная физическая подготовка	Это развитие и совершенствование физических и функциональных возможностей, специфичных для мини-футбола.
Изучение и совершенствование техники	Включает в себя понятие о спортивной технике, классификации и терминологии технических приёмов. Анализ выполнения технических приёмов и индивидуализация техники.
Изучение и совершенствование тактики	Включает в себя понятие о стратегии, системе игры и стиле игры, тактика игры в нападении и в защите.
Учебно-тренировочные игры	Обязательное применение в играх изученного материала по технической подготовке. Применение в соревновательных условиях изученных технических приёмов и тактических действий.
Контрольные игры и соревнования	Соревнования являются кульминацией в спортивной подготовке обучающихся. Только в соревнованиях можно достичь максимальных проявлений быстроты, силы, выносливости, реализовать свои способности в результатах и победах.

**Календарно-тематическое планирование
на 2018-2019 год
(Младшая группа)**

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата	Примечание
1-2	Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола.	6	03.09.18 04.09.18	
3-4	Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм. Режим дня и питание. Основы спортивной тренировки.	6	05.09.18 06.09.18	
5-6	Правила соревнований по мини-футболу	6	10.09.18 11.09.18	
7-8	Техника передвижений футболиста (бег, прыжки, повороты, остановки).	6	12.09.18 13.09.18	
9-10	Инструкторская и судейская практика. Техника передвижений футболиста (бег, прыжки, повороты, остановки).	6	17.09.18 18.09.18	
11-12	Упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Остановки мяча.	6	19.09.18 20.09.18	
13-14	Упражнения для развития выносливости. Остановки мяча.	6	24.09.18 25.09.18	
15-16	Упражнения для развития мышц ног и таза. Ведение мяча.	6	26.09.18 27.09.18	
17-18	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Ведение мяча.	6	01.10.18 02.10.18	
19-20	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Ведение мяча.	6	03.10.18 04.10.18	
21-22	Упражнения для развития быстроты. Ведение мяча с обводкой.	6	08.10.18 09.10.18	
23-24	Упражнения для мышц шеи и туловища. Ведение мяча с обводкой.	6	10.10.18 11.10.18	
25-26	Упражнения для развития гибкости. Ведение мяча с обводкой.	6	15.10.18 16.10.18	
27-28	Упражнения с набивными мячами. Удары по мячу ногой.	6	17.10.18 18.10.18	
29-30	Упражнения для развития силовых качеств. Удары по мячу ногой.	6	22.10.18 23.10.18	
31-32	Упражнения со скакалкой, на гимнастических снарядах. Удары по мячу ногой.	6	24.10..18 25.10.18	
33-34	Упражнения для развития ловкости. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	6	29.10.18 30.10.18	
35-36	Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	6	31.10.18 01.11.18	
37-38	Упражнения для развития быстроты. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	6	06.11.18 07.11.18	

39-40	Бег с препятствиями. Кросс. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	6	08.11.18 12.11.18	
41-42	Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	6	13.11.18 14.11.18	
43-44	Упражнения в висах и упорах. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	6	15.11.18 19.11.18	
45-46	Упражнения для развития силовых качеств. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	6	20.11.18 21.11.18	
47-48	Прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги». Передачи в парах.	6	22.11.18 26.11.18	
49-50	Упражнения для развития прыгучести. Передачи в парах.	6	27.11.18 28.11.18	
51-52	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Передачи в парах, тройках.	6	29.11.18 03.12.18	
53-54	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Передачи в парах, тройках.	6	04.12.18 05.12.18	
55-56	Акробатические упражнения. Передачи мяча в движении.	6	06.12.18 10.12.18	
57-58	Упражнения для развития ловкости. Передачи мяча в движении.	6	11.12.18 12.12.18	
59-60	Правила игры в мини-футбол. Передачи мяча в движении.	6	13.12.18 17.12.18	
61-62	Инструкторская и судейская практика. Передачи мяча в движении.	6	18.12.18 19.12.18	
63-64	Упражнения для развития гибкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	6	20.12.18 24.12.18	
65-66	Контрольная игра.	6	25.12.18 26.12.18	
67	Упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Удары по мячу головой.	6	27.12.18	
68-69	Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу головой.	6	09.01.19 10.01.19	
70-71	Упражнения для развития мышц ног и таза. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	6	14.01.19 15.01.19	
72-73	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	6	16.01.19 17.01.19	
74-75	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	6	21.01.19 22.01.19	
76-77	Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.	6	23.01.19 24.01.19	
78-79	Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.	6	28.01.19 29.01.19	
80-81	Упражнения для развития гибкости. Отбор мяча.	6	30.01.19 31.01.19	
82-83	Упражнения с набивными мячами. Отбор мяча.	6	04.02.19 05.02.19	

84-85	Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия).	6	06.02.19 07.02.19	
86-87	Упражнения со скакалкой, на гимнастических снарядах. Финты (обманные действия).	6	11.02.19 12.02.19	
88-89	Упражнения для развития ловкости. Финты (обманные действия).	6	13.02.19 14.02.19	
90-91	Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Вбрасывание из-за боковой линии.	6	18.02.19 19.02.19	
92-93	Упражнения для развития быстроты. Вбрасывание из-за боковой линии.	6	20.02.19 21.02.19	
94-95	Бег с препятствиями. Кросс. Упражнения для развития умения «видеть поле».	6	25.02.19 26.02.19	
96-97	Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития умения «видеть поле».	6	27.02.19 28.02.19	
98-99	Упражнения в висах и упорах. Техника игра вратаря.	6	04.03.19 05.03.19	
100-101	Упражнения для развития силовых качеств. Техника игра вратаря.	6	06.03.19 07.03.19	
102-103	Прыжок в высоту способом «перешагивание». Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	6	11.03.19 12.03.19	
104-105	Упражнения для развития прыгучести. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	6	13.03.19 14.03.19	
106-107	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	6	18.03.19 19.03.19	
108-109	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	6	20.03.19 21.03.19	
110-111	Акробатические упражнения. Тактика нападения: групповые действия. Тактика вратаря.	6	25.03.19 26.03.19	
112-113	Упражнения для развития ловкости. Тактика нападения: групповые действия. Тактика вратаря.	6	27.03.19 28.03.19	
114-115	Упражнения для развития гибкости. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря.	6	01.04.19 02.04.19	
116-117	Упражнения для развития мышц ног и таза. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря.	6	03.04.19 04.04.19	
118-119	Упражнения для развития силовых качеств. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	6	08.04.19 09.04.19	
120-121	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	6	10.04.19 11.04.19	

122-123	Упражнения для развития быстроты. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	6	15.04.19 16.04.19	
124-125	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	6	17.04.19 18.04.19	
126-127	Правила игры в мини-футбол. Тактика защиты: командные действия.	6	22.04.19 23.04.19	
128-129	Правила игры в мини-футбол. Тактика защиты: командные действия.	6	24.04.19 25.04.19	
130-131	Правила игры в мини-футбол. Тактика защиты: командные действия.	6	29.04.19 30.04.19	
132-133-134	Инструкторская и судейская практика. Тактика защиты: командные действия. Тактика вратаря.	8	06.05.19 07.05.19 08.05.19	
135-136	Упражнения для развития выносливости. Учебно-тренировочная игра с заданиями. Тактика вратаря.	6	13.05.19 14.05.19	
137-138	Упражнения для развития ловкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	6	15.05.19 16.05.19	
139-140-141	Упражнения для развития гибкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	6	20.05.19 21.05.19 22.05.19	
142-143	Контрольная игра.	6	23.05.19 27.05.19	
144-145-146	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	10	28.05.19 29.05.19 30.05.19	

**Календарно-тематическое планирование
на 2018-2019 год
(Старшая группа)**

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата	Примечание
1-2	Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола.	4	04.09.18 06.09.18	
3-4	Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм. Режим дня и питание. Основы спортивной тренировки.	4	11.09.18 13.09.18	
5-6	Правила соревнований по мини-футболу	4	18.09.18 20.09.18	
7-8	Техника передвижений футболиста (бег, прыжки, повороты, остановки).	4	25.09.18 27.09.18	
9-10	Инструкторская и судейская практика. Техника передвижений футболиста (бег, прыжки, повороты, остановки).	4	17.09.18 18.09.18	
11-12	Упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Остановки мяча.	4	19.09.18 20.09.18	
13-14	Упражнения для развития выносливости. Остановки мяча.	4	24.09.18 25.09.18	
15-16	Упражнения для развития мышц ног и	4	26.09.18	

	таза. Ведение мяча.		27.09.18	
17-18	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Ведение мяча.	4	02.10.18 04.10.18	
19-20	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Ведение мяча.	4	09.10.18 11.10.18	
21-22	Упражнения для развития быстроты. Ведение мяча с обводкой.	4	16.10.18 18.10.18	
23-24	Упражнения для мышц шеи и туловища. Ведение мяча с обводкой.	4	23.10.18 25.10.18	
25-26	Упражнения для развития гибкости. Ведение мяча с обводкой.	4	30.10.18 01.11.18	
27-28	Упражнения с набивными мячами. Удары по мячу ногой.	4	06.11.18 08.11.18	
29-30	Упражнения для развития силовых качеств. Удары по мячу ногой.	4	13.11.18 15.11.18	
31-32	Упражнения со скакалкой, на гимнастических снарядах. Удары по мячу ногой.	4	20.11.18 22.11.18	
33-34	Упражнения для развития ловкости. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	4	27.11.18 29.11.18	
35-36	Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	4	04.12.18 06.12.18	
37-38	Упражнения для развития быстроты. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	4	11.12.18 13.12.18	
39-40	Бег с препятствиями. Кросс. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	4	18.12.18 20.12.18	
41-42	Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	4	25.12.18 27.12.18	
43-44	Упражнения в висах и упорах. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	4	10.01.19 15.01.19	
45-46	Упражнения для развития силовых качеств. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	4	17.01.19 22.01.19	
47-48	Прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги». Передачи в парах.	4	24.01.19 29.01.19	
49-50	Упражнения для развития прыгучести. Передачи в парах.	4	31.01.19 05.02.19	
51-52	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Передачи в парах, тройках.	4	07.02.19 12.02.19	
53-54	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Передачи в парах, тройках.	4	14.02.19 19.02.19	
55-56	Акробатические упражнения. Передачи мяча в движении.	4	21.02.19 26.02.19	
57-58	Упражнения для развития ловкости. Передачи мяча в движении.	4	28.02.19 05.03.19	
59-60	Правила игры в мини-футбол. Передачи мяча в движении.	4	07.03.19 12.03.19	

61-62	Инструкторская и судейская практика. Передачи мяча в движении.	4	14.03.19 19.03.19	
63-64	Упражнения для развития гибкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	4	21.03.19 26.03.19	
65	Контрольная игра.	2	28.03.19	
66-67	Упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Удары по мячу головой.	2	02.04.19	
68-69	Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу головой.	2	04.04.19	
70-71	Упражнения для развития мышц ног и таза. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	2	09.04.19	
72-73	Упражнения для развития скоростно- силовых качеств. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	2	11.04.19	
74	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	2	16.04.19	
75	Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.	2	18.04.19	
76	Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.	2	23.04.19	
77	Упражнения для развития гибкости. Отбор мяча.	2	25.04.19	
78	Упражнения с набивными мячами. Отбор мяча.	2	30.04.19	
79	Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия).	2	07.05.19	
80	Упражнения со скакалкой, на гимнастических снарядах. Финты (обманные действия).	2	14.05.19	
81	Упражнения для развития ловкости. Финты (обманные действия).	2	16.05.19	
82	Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Вбрасывание из-за боковой линии.	2	21.05.19	
83	Упражнения для развития быстроты. Вбрасывание из-за боковой линии.	2	23.05.19	
84	Бег с препятствиями. Кросс. Упражнения для развития умения «видеть поле».	2	28.05.19	
85	Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития умения «видеть поле».	2	30.05.19	

Условия реализации программы

Оборудование- футбольные мячи, скакалки, свисток, ворота, стойки для обводки мяча,

Дидактические материалы- плакаты, тесты, схемы, иллюстрации, журналы, таблицы.

Необходимые материалы для выполнения программы- спортивная форма и обувь для занятий, видеоматериалы по мини-футболу.

Список литературы.

1. Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, В.Г. Бауэр, В.Б. Зеличенко. - М.: Советский спорт, 2003. - 116 с.
2. Романенко А.Н. Джус., О.Н., Доганин, «Тренировка футболистов», 2 издание, переработанное, и доп., - К.: Здоровья, 1984г..
3. Андреев С.Н. «Футбол в школе», - М., 1986г.
4. Футбол: поурочная программа для учебно-тренировочных групп 1 -го и 2-го годов обучения ДЮСШ и СДЮШОР (авторы: Сучилин А.А., Андреев С.Н. и др.) – М., 1985г.
5. Сергеев С.А. «Повышение адаптивных возможностей организма подростка с задержкой психического развития в условиях расширенного двигательного режима школьного обучения». Диссертационная работа. 2003г.
6. Тренировка юных футболистов/В.В.Варюшин – М.: Физкультура, образование и наука, 1997г.
7. Основы юношеского спорта/ В.П.Филин, Н.А.Фомин.- М.: Физкультура и спорт, 1980
8. Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2000. - N 41-42. - С. 5,17.
9. Уроки физической культуры в 4-6 классах, 7-8 классах средней школы, «Просвещение», М., 1996 г.
10. Спортивные игры, «Просвещение», М., 1988 г.