

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Институт физической культуры и спорта

(наименование института полностью)

Кафедра «Адаптивная физическая культура спорт и туризм»

(наименование)

49.03.01 Физическая культура

(код и наименование направления подготовки, специальности)

Физкультурное образование

(направленность (профиль)/ специализация)

## **ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)**

на тему: «Методика обучения базовым техническим приемам юных футболистов 9-10 лет»

Студент

А.О. Петасов

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

к.п.н., доцент И.В. Лазунина

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

Тольятти 2021

## **Аннотация**

на бакалаврскую работу Петасова Алексея Олеговича  
по теме: «Методика обучения базовым техническим приемам юных  
футболистов 9-10 лет»

Целью спортивной тренировки является достижение максимально возможного уровня физической, психологической и технической и тактической подготовленности для достижения высоких спортивных результатов. Особое место в системе подготовки спортсмена отводится решению интеграционных задач, обеспечивающих объединение в единое целое умения и навыки, различных сторон подготовленности. В соревновательной деятельности все виды подготовки объединяются в сложный комплекс, обеспечивающий конечный результат. Ни одна сторона подготовки не может существовать изолированно от другой. Повышение или снижение уровня одной из сторон подготовки вызывает аналогичное влияние на все остальные и на результат соревновательной деятельности.

В системе подготовки спортсмена должна существовать обратная связь между тренером и спортсменом. Поэтому необходимым компонентом управления процессом подготовки спортсмена являются различные виды контроля, результаты которого должны учитываться как тренером, так и спортсменом. В процессе обучения двигательным действиям вырабатывается динамический стереотип, который характеризуется высокой степенью автоматизации и устойчивостью к сбивающим факторам внешней среды.

Бакалаврская работа состоит из 41 страницы печатного текста и включает в себя: введение, три главы, заключение, список используемой литературы, 4 таблицы, 13 рисунков.

## Оглавление

Введение .....	4
Глава 1 Теоретические основы обучения базовым техническим приемам в футболе .....	7
1.1 Особенности организации учебно-тренировочного процесса по футболу .....	7
1.2 Классификация техники игры в футболе .....	12
1.3 Основы технической подготовки футболиста .....	15
Глава 2 Методы и организация исследования .....	23
2.1 Методы педагогического исследования .....	23
2.2 Организация педагогического исследования .....	24
Глава 3 Результаты педагогического исследования и их обсуждение .....	26
3.1 Особенности организации занятий по технической подготовке юных футболистов .....	26
3.2 Результаты физической подготовленности юных футболистов в ходе педагогического эксперимента.....	31
3.3 Результаты технической подготовки юных футболистов в ходе педагогического эксперимента.....	34
Заключение.....	38
Список используемой литературы.....	40

## Введение

**Актуальность исследования.** К средствам спортивной тренировки относятся физические упражнения и другие виды спорта, посредством которых решаются конкретные задачи подготовки спортсмена. Средства спортивной тренировки - физические упражнения, подразделяющиеся на основные, общеподготовительные, специальные. В ходе технической подготовки решаются основные задачи: создание представлений, умений и двигательных навыков техники ударов, передач мяча и др. двигательных действий в футболе, их совершенствование в условиях соревновательной деятельности и определенного функционального состояния организма спортсмена.

Выполнение базовых технических упражнений способствует достижению высоких результатов в соревновательной деятельности.

Губа В.П. в своих работах отмечает: «Совокупность способов выполнения футболистами разнообразных движений, применяемых в игре, составляет понятие техники. Технические приемы - это средства ведения игры. От того, насколько полно владеет футболист всем многообразием этих средств, как умело и эффективно применяет их в вариативных условиях игровой деятельности, при противодействии игроков команды соперника, а часто при прогрессирующем утомлении, во многом зависит достижение высоких спортивных результатов. Искусное владение техникой является неотъемлемой частью всесторонней подготовки и гармонического развития футболистов» [8].

В ходе тренировочного процесса основные средства подготовки применяются не только для совершенствования технического мастерства, но и для развития физических качеств (скоростно-силовой подготовки, ловкости, общей и специальной выносливости). Общеподготовительные упражнения направлены на всестороннее функциональное развитие организма спортсмена. Они используются на всех периодах тренировки и выполняются на месте или

в движении (бег, разновидности ходьбы), на снарядах, со снарядами, с предметами, с собственным весом, с сопротивлением партнера, с использованием тренажеров. Также применяются и другие виды спорта (плавание, велоспорт, спортивное ориентирование, спортивные игры и др.). В течение всего учебно-тренировочного процесса развивая и совершенствуя физические качества, техническую и интегральную (соревновательную) подготовленность, необходимо учитывать механизмы энергообеспечения технических заданий различной направленности.

**Теоретическая база исследования:** педагогический эксперимент проводили на базе ГБОУ СОШ №6 г.о. Жигулёвск.

**Объект исследования:** учебно-тренировочный процесс юных футболистов

**Предмет исследования:** методика обучения базовым техническим приемам юных футболистов.

**Цель исследования** - обучение базовым техническим приемам юных футболистов.

В соответствии с поставленной целью в процессе исследования были решены следующие **задачи:**

- 1) Изучить особенности обучения базовым техническим приемам юных футболистов 9-10 лет.
- 2) Разработать и внедрить методику обучения базовым техническим приемам юных футболистов 9-10 лет в ГБОУ СОШ №6 г.о. Жигулёвск
- 3) Оценить влияние разработанной методики на техническую подготовку и физическую подготовленность юных футболистов 9-10 лет.

**Гипотеза исследования.** Предполагалось что, разрабатывая и внедряя методику обучения базовым техническим приемам юных футболистов 9-10 лет будут решены основные задачи эффективного применения ими полученных

знаний и умений в ходе игр и окажет положительное влияние на их соревновательную деятельность.

**Методы исследования:** анализ научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, контрольные испытания (тесты), метод математической статистики.

**Научная новизна:** эффективность обучения базовым техническим приемам юных футболистов будет способствовать хорошей технической подготовке юных футболистов и умению эффективно применять свои знания и умения в условиях игр и на соревнованиях.

**Практическая значимость** заключается в том, что освоение базовых технических приемов юных футболистов в ходе технической подготовки обеспечивает стабильную и эффективную технику игры в футбол, устойчивую к сбивающим факторам.

**Структура бакалаврской работы.** Работа состоит из введения, трёх глав, заключения, содержит 4 таблицы, 13 рисунков, список используемой литературы. Основной текст работы изложен на 41 странице.

## **Глава 1 Теоретические основы обучения базовым техническим приемам в футболе**

### **1.1 Особенности организации учебно-тренировочного процесса по футболу**

Бишопс К. пишет: «В футболе довольно трудная техника игры. Сложность ее состоит в том, что технические приемы производятся в условиях жестокой борьбы с противником. От футболиста необходимы такие качества, как ловкость, быстрота, точность движений и способность к их координации, а это сложно без высокого уровня функционального совершенствования работы ЦНС, обеспечивающей выполнение сложных двигательных действий. Футбол в современном понимании характеризуется высоким исполнительским мастерством, которому присущи быстрота и рациональность действий» [4].

Для улучшения подготовки резервов в футболе предлагается увеличить количество футбольных отделений спортивных школ. Необходимо выискательно отобрать перспективных спортсменов в эти школы, сделать так, чтобы с ними работали лучшие тренеры. Необходимо открыть школы высшего спортивного мастерства, где будут обучаться наиболее перспективные футболисты, окончившие спортивные школы, но еще не попавшие в команды мастеров. В дальнейшем школы высшего спортивного мастерства станут центрами олимпийской подготовки. И здесь есть тренеры, которые решают только внутренние вопросы, не заботясь о подготовке кандидатов в сборные. В футболе снизилась результативность, увеличилось количество ничейных результатов. Многого предстоит делать по созданию и реконструкции материально-технической базы футбола. Многого в создании команды зависит от принципов ее организации. Чтобы навести больший порядок в вопросах укомплектования команд, целесообразно сократить количество переходов из команды в команду и создать условия для творческой работы каждого тренера,

это позволит командам спокойно проводить соревнования, обяжет тренеров с полной ответственностью подходить к подбору футболистов, заботиться о воспитании собственных резервов, а запрещение футболистам переходить из команды в команду более трех раз обяжет их серьезно относиться к переходам. Выравнивание качества технического исполнения наиболее ярко было продемонстрировано в ходе игр за последнее время, это свидетельствует, с одной стороны, о приспособлении футболистов к условиям игры с дефицитом времени, игрового пространства и к жестким единоборствам, с другой - о рационализации техники футбола.

Левченко Е.С. в своих работах отмечает: «Совокупность способов выполнения футболистами разнообразных движений, применяемых в игре, составляет понятие техники. Технические приемы - это средства ведения игры. От того, насколько полно владеет футболист всем многообразием этих средств, как умело и эффективно применяет их в вариативных условиях игровой деятельности, при противодействии игроков команды соперника, а часто при прогрессирующем утомлении, во многом зависит достижение высоких спортивных результатов. Искусное владение техникой является неотъемлемой частью всесторонней подготовки и гармонического развития футболистов» [11].

Например, неумение четко отбирать мяч приводит к большому количеству ударов и дает возможность футболистам подолгу симулировать травмы, демонстрируя нестерпимую боль от удара, что является самой неприятной особенностью последних соревнований в футболе. Следующей характерной чертой в соревнованиях по футболу следует считать сокращение до необходимого минимума количества введений мяча, которые прежде приводили к замедлению темпа и откровенному показу направления атаки. В то же время неоправданно много остается поперечных и коротких передач в ходе соревнований. Возможно это позволяет дольше контролировать мяч и выискивать более логичное продолжение атаки, однако выглядит это однообразным и вызывает чувство досады. Эталоном командных действий



сегодня может считаться тот футбольный коллектив, который выполняет более 700 технико-тактических действий за игру. Естественно, что на стратегическое поведение команды влияет и результат, достигнутый в ходе игры. Прошедший чемпионат мира еще раз продемонстрировал возрастающую роль игроков, умеющих успешно вести борьбу за мяч на различных участках поля с последующим логическим продолжением, созданием численного преимущества, на каком-либо участке поля или эффективными индивидуальными действиями.

Чеботарев В.В. обращает внимание: «Техника игры в футбол включает передвижения, остановки, повороты и прыжки, удары по мячу, остановки мяча, ведение, финты, вбрасывание, отбор мяча, а также специфические технические приемы, применяемые вратарем. Техническое мастерство игрока в футболе характеризуется как количеством приемов, которые он использует на поле, так и вариативностью их выполнения, умением выполнять технические приемы при активном сопротивлении соперников. Для современного футбола характерен универсализм в техническом оснащении игроков. Это в первую очередь проявляется в умении хорошо владеть всеми техническими приемами и на высоком уровне выполнять те, которые характерны для конкретного амплуа. Чтобы подготовить игрока высокого класса, необходимо освоение всего технического арсенала футбола начинать с детства» [19].

Большое число ошибок в коротких передачах мяча, можно объяснить высокоразвитым чувством предвидения, самоотверженностью, самоотдачей обороняющихся футболистов. Стремление как можно быстрее преодолеть пространство со скоростным продвижением вперед и нанесением ударов по воротам, а при удобной ситуации и непосредственного их взятия явление характерное для современного футбола. По существу, стерлась грань между оборонительной, средней и передней линиями, почти повывелись защитники-разрушители, зато возросло число защитников-созидателей. И еще: команды показывают в ходе соревнований по футболу тонкую, умную и разнообразную

игру, многие футболисты очень хорошо действуют в подыгрыше. Игра в футбол выражается в первую очередь в гармоничном сочетании действий (и взаимодействия) защитной, средней и атакующей линий.

Защитник должен уметь обороняться. Диапазон каждого игрока непрерывно растет. Так, крайнему защитнику, подключающемуся в нападение, уже недостаточно только пройти по флангу, недостаточно даже сделать навес или прострел. Он должен уметь действовать как настоящий крайний форвард со всеми вытекающими отсюда профессиональными навыками, а не как игрок, просто доставляющий в штрафную площадку мяч. Он обязан уметь обыгрывать игрока соперника и точно бить по воротам. Разносторонность подразумевает и высокую, как никогда, техническую оснащенность защитников. С другой стороны, сейчас уже недостаточно, чтобы левый крайний форвард только преследовал правого защитника: если уж нападающий отошел назад, он обязан умело выполнить оборонительные функции во всем их многообразии. Когда, например, игра переместилась на другой фланг, он должен быть готов к четкой подстраховке. По-видимому, в недалеком будущем любой полевой игрок сможет действовать на любой позиции. Но для этого его нужно всесторонне подготовить. Очень хорошо технически подготовленный защитник зачастую еще далек от того, чтобы стать хорошим нападающим. Стоящие перед ним специфические задачи и вытекающий отсюда диапазон мышления на поле не позволяют ему рассматривать ход игры под тем же ракурсом, что и нападающему, формируют специфическую игровую психологию. Поэтому стремление каждого игрока к универсализации должно подкрепляться в первую очередь высоким уровнем специфических способностей, составляющих основу, фундамент. У каждого игрока зачастую возникают психологические барьеры, даже страх перед действиями, которые ему пока не даются. Тренер должен досконально знать биографию, сильные и слабые стороны каждого юного футболиста. Воспитание универсальности возможно лишь при активном, творческом подходе, целеустремленном настраивании игрока на решение задач,

поставленных различными игровыми ситуациями. Разумеется, не следует забывать о выработке высокой техники выполнения приемов. Если футболист неоднократно выходил на поле с полной уверенностью в своих силах и доказывал свою способность находить выход из самых сложных положений, тренер может поставить перед игроком задачи, выполнение которых связано даже с риском [1].

Повышается значение и командной тактической подготовки. Игроки все меньше ориентируются на определенные позиции, все больше - на смену игровых ситуаций. В современном футболе противник может приблизиться к воротам с любой стороны и в любой момент. В таких условиях система ведения обороны получила новые оттенки, практически произошел почти полный переход на игру в зоне. Естественно, что, если атакующие действуют из глубины, со своей половины поля, находясь временами даже на последнем рубеже своей обороны, то есть, совершенно не считаясь с привычным радиусом действий нападающего, персональная опека их по всему полю невозможна. Что касается основных тактических концепций, то у лучших команд они схожи: использование «чистых» крайних форвардов, выдвинутых вперед игроков середины поля, активное подключение к атаке крайних защитников, наконец, смелые рейды свободного центрального защитника в штрафную площадку соперника. Индивидуальные действия подкрепляются прикрытием партнерами с тыла, обеспечивавшим взаимозаменяемость. На протяжении матча команды демонстрируют высокую организацию игры, совершенную технику и тактику. В современном футболе специальная тренировка занимает все более и более важное место. Особый интерес представляют разработки тренеров и специалистов футбола. Ликвидировать отставание в техническом мастерстве юных футболистов нужно уже в спортивных школах. Именно им предоставлено право выбирать лучших, наиболее одаренных, создавать учащимся благоприятные условия для ведения учебно-тренировочной работы. Наконец, школы располагают (во всяком случае, это подразумевается) квалифицированными тренерами. При отборе в

специализированные школы прежде всего нужно обращать внимание на такие качества, как игровое мышление и скорость. Если они у мальчика отсутствуют, вряд ли он станет футболистом высокого класса или хотя бы поднимется до уровня команды мастеров. Решающее значение имеет отношение тренеров к проведению тренировок, творческий подход к ним. Отбор и подготовка юных футболистов - это длительный, постоянно меняющийся процесс. Под словом отбор иногда понимают лишь выявление ребят, перспективных для спорта, и не принимают во внимание соотношение между отбором и обучением. А ведь в ходе последнего отбор не остается на уровне однократного действия, а превращается в комплексный процесс. Выявить юниоров, обладающих исключительными для футбола качествами, - весьма существенно, но не менее важны и фазы проверки и утверждения этих качеств. Продолжительность процесса отбора является предпосылкой успеха, возможностью задержать в группе высокого спортивного мастерства тех способных юниоров, которые действительно смогут добиться высоких результатов.

## **1.2 Классификация техники игры в футболе**

Губа В.П., Лексакова А.В. в своих работах по футболу пишут: «Классификация техники футбола - это распределение технических приемов на группы по общим (или сходным) специфическим признакам. По характеру игровой деятельности в технике футбола выделяются два крупных раздела: техника полевого игрока и техника вратаря. Каждый раздел включает в себя подразделы: техника передвижения и техника владения мячом. Подразделы состоят из конкретных технических приемов, которые выполняются различными способами. Приемы и способы техники передвижения используются полевыми игроками и вратарем. Отдельные приемы и способы имеют свои разновидности. Условия выполнения различных приемов,

способов и разновидностей делают технику футбола еще более многообразной» [18].

Комаров А. П., Максимик В. К. отмечают: «Полевые игроки используют все многообразие приемов, способов и разновидностей техники передвижения. Техника владения мячом включает следующую группу приемов: удары, остановки, ведение, обманные движения (финты), отбор мяча. Кроме того, в технику владения мячом входит специфический прием, выполняемый руками, – вбрасывание мяча из-за боковой линии. В зависимости от игровой функции футболисты выполняют различное количество тех или иных приемов в процессе игры. Что касается качества выполнения приема, то оно у всех полевых игроков должно быть достаточно высоким» [17].

В ходе игры футболисты выполняют различное количество технических приемов, важно чтобы их выполнение было качественным. Как пишет Мальцев Д. Н.: «Чтобы юному футболисту в дальнейшем стать игроком высокого класса, ему необходимо освоить весь, так называемый букварь технического арсенала футбола: ведение мяча, жонглирование, приём и передачу мяча, удары ногой и головой, выполнение приёмов в затруднительных условиях игры, обводку с применением финтов, отбор мяча, дриблинг и т.д.» [13].

Губа В.П. обращает внимание: «На начальном этапе многолетней подготовки на первый план выходит индивидуальное обучение техники игровых действий и развитие координационных возможностей. Тренеру в работе над техникой необходимо ориентироваться на некоторые положения теории развития движения по которой:

- в начале формируются знания о действии;
- затем осуществляется овладение действием в форме умения;
- далее, по мере его автоматизации, формируется навык» [8].

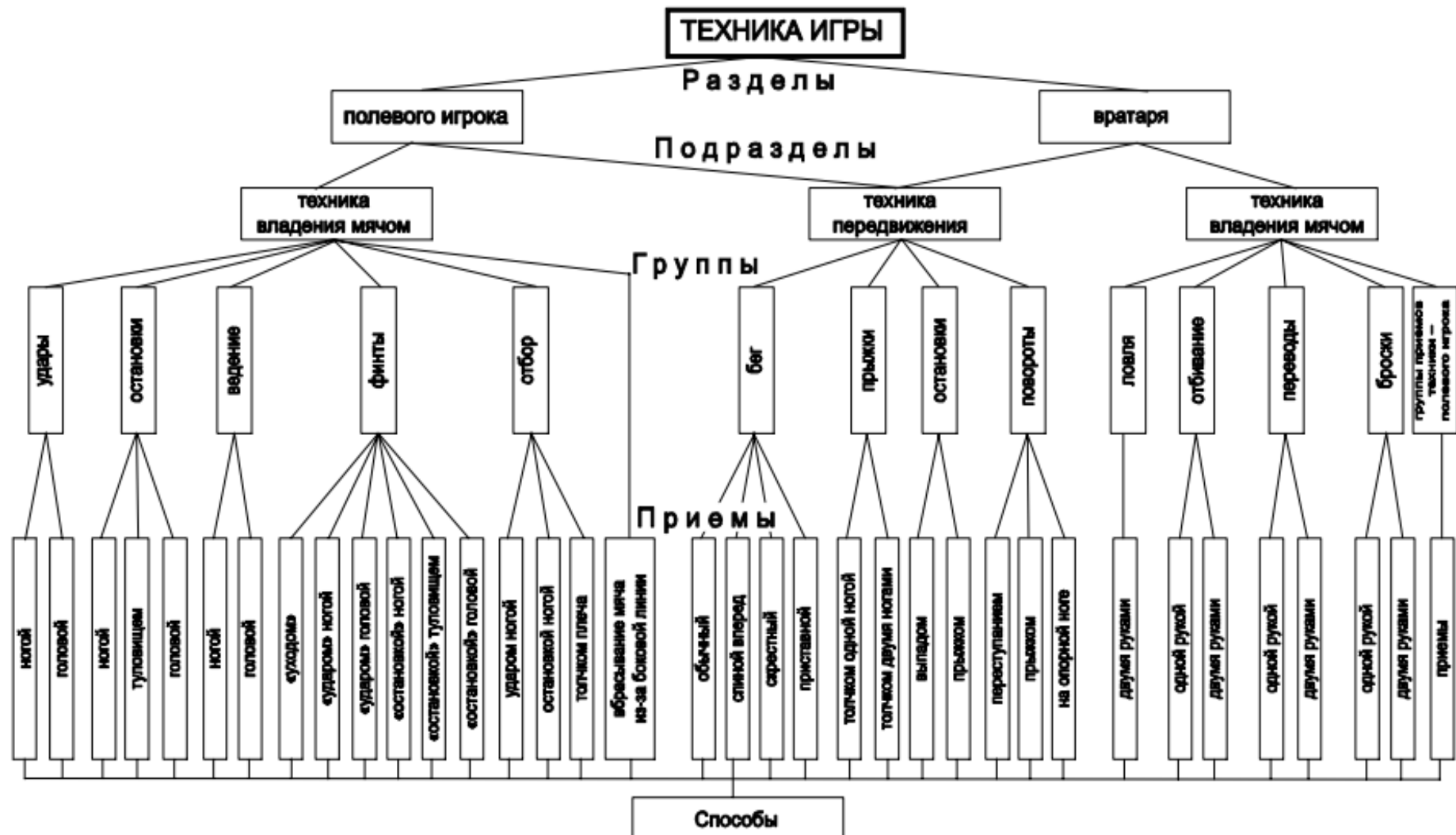


Рисунок 1 – Классификация техники игры в футболе

На рисунке 1 представлена классификация техники игры в футболе. Как отмечает в своих работах Левченко Е.С. «При формировании знаний сначала создаётся зрительный образ всего движения, затем обучаемый усваивает смысл и характерные признаки действия и пробует выполнить его практически. При первых объяснениях не следует акцентировать внимание на деталях, нужно остановиться на главном. Краткое, но точное и образное объяснение помогает обучаемому понять не только форму и характер движения, но и причины, влияющие на качество его выполнения» [11].

### **1.3 Основы технической подготовки футболиста**

Губа В.П. пишет: «Техника передвижения составляет основу (базу) футбола и выходит в него как неотъемлемая составная часть. Она включает в себя группу приёмов: бег, прыжки, остановки, повороты.

Бег - при обучении технике полевого игрока используют бег обычный (для выхода на свободное место, для преследования соперника и т.д.), спиной вперёд, скрестным и приставным, шагом.

Прыжки - в футболе выполняются толчком одной и обеими ногами, в игре применяются прыжки вперёд, вверх, в стороны.

Остановки - выполняются прыжком и выпадом и служат эффективным средством изменения направления движения.

Повороты - позволяют футболистам с минимальной потерей скорости менять направление движения. Выполняются переступанием или прыжком (в зависимости от ситуации - в стороны или назад).

Обучать технике передвижения следует с первых занятий, а дальнейшее совершенствование - на протяжении всех этапов подготовки. После освоения отдельных приёмов и способов - отрабатывать возможные сочетания в игровой обстановке» [8].

На рисунке 2 представлена техника передвижения в футболе: бег, прыжки, остановки, повороты и условия их выполнения.

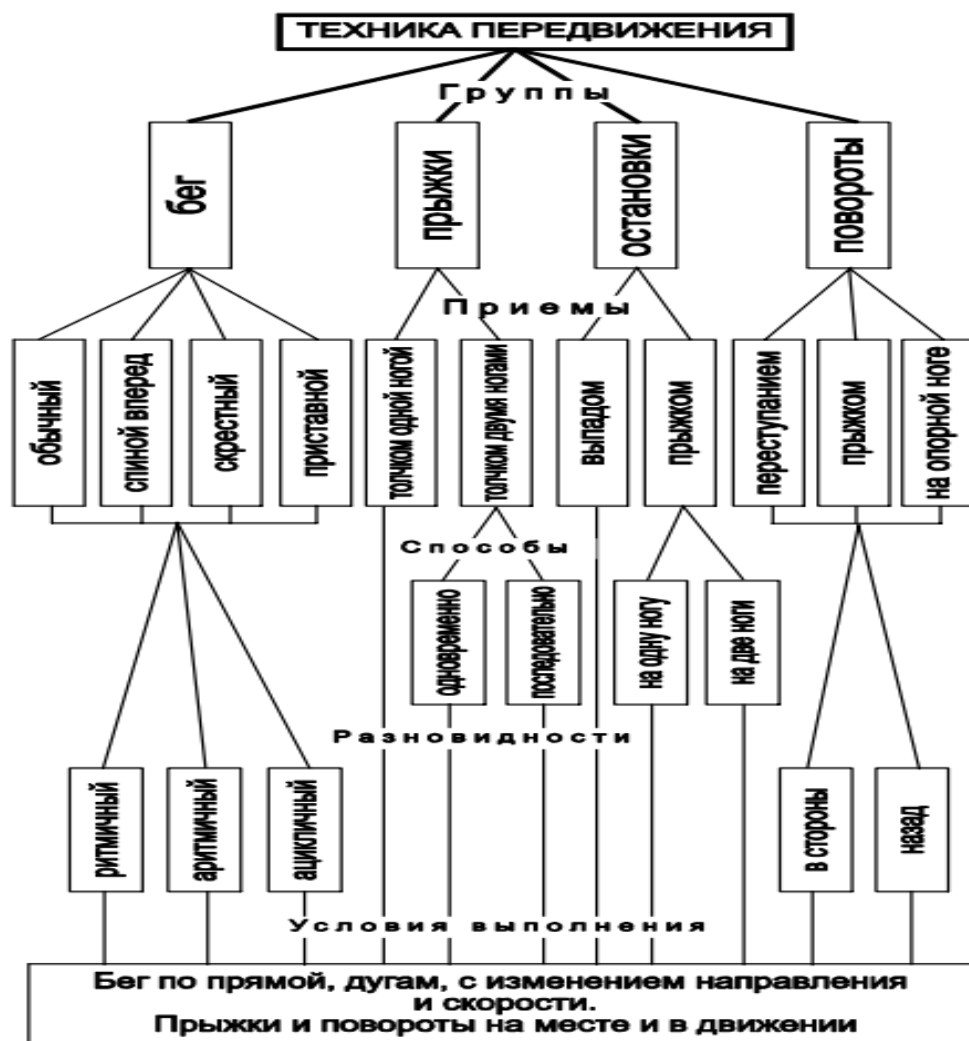


Рисунок 2 – Техника передвижения в футболе

Как отмечают Андружейчик М.Я., Василевич А.В.: «Основным средством ведения игры в футболе являются удары по мячу, которые выполняются ногой и головой различными способами. Удары по мячу имеют определенную целевую направленность и характеризуются траекторией движения мяча и его оптимальной скоростью, которая зависит от начальной скорости ударного звена (нога или голова) и мяча в момент соприкосновения, а также от соотношения их масс (чтобы увеличить скорость полета мяча, надо увеличить скорость ударного звена)» [16]. Классификация ударов по мячу в футболе представлена на рисунке 3.





Рисунок 3 – Классификация ударов по мячу в футболе

Можаев Э.Л. пишет: «Техническая подготовка складывается из овладения техникой выполнения определенных приемов изучаемой игры. Чем выше техническая подготовка спортсмена, тем больше у него возможностей для успешной творческой игры. Приступая к обучению технике приемов, необходимо озвучить изучаемый прием, на конкретном примере показать и доступно объяснить его выполнение, указать исходное положение, амплитуду движений в основной фазе. Начинать обучение необходимо с основных, часто применяемых приемов в игре. Освоение техники осуществляется в процессе выполнения специальных упражнений в отдельных приемах игры. В тренировочном процессе рекомендуется постоянно менять условия выполнения изучаемых приемов. Это необходимо для того, чтобы выработать навыки в ударах, бросках, передачах, ведении мяча. Закрепление освоенных приемов осуществляется в учебных играх и соревнованиях» [15].

Левченко Е.С. обращает внимание: «Прием мяча или его «остановки» могут быть полными, после которых мяч остается лежать у ног игроков неподвижно, и неполными, когда движение мяча не гасится полностью, а лишь замедляется его скорость и изменяется направление движения, в игре чаще всего используются неполные остановки мяча.

Рекомендуется разучивание остановок (приема) мяча проводить одновременно с отработкой техники ударов, вначале целесообразно освоить остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой, а затем летящего мяча внутренней стороной стопы и подошвой, подъемом. После этого переходить к разучиванию остановок различными частями тела в движении и прыжке» [11]. Классификация приёмов остановки мяча представлена на рисунке 4.



Рисунок 4 – Классификация остановок мяча в футболе

Бишопс К. пишет: «В современном скоростном футболе такой прием, как ведение мяча, заметно утратил свою значимость. Однако иногда возникают ситуации, когда без применения ведения мяча просто невозможно обойтись (например, если партнеры по команде оказываются «плотно прикрытыми» игроками противника). С помощью ведения мяча выполняются всевозможные перемещения игроков. При этом мяч находится под их постоянным контролем. При ведении используется бег (иногда ходьба) и производятся в различной последовательности и разном ритме удары по мячу ногой и головой. В настоящее время в футболе чаще всего используют ведение мяча внешней частью подъема. Кроме того, применяют ведение средней частью подъема, внутренней частью стопы, носком, внутренней частью подъема, бедрами и головой» [4]. Разновидности ведения мяча в футболе представлены на рисунке 5.

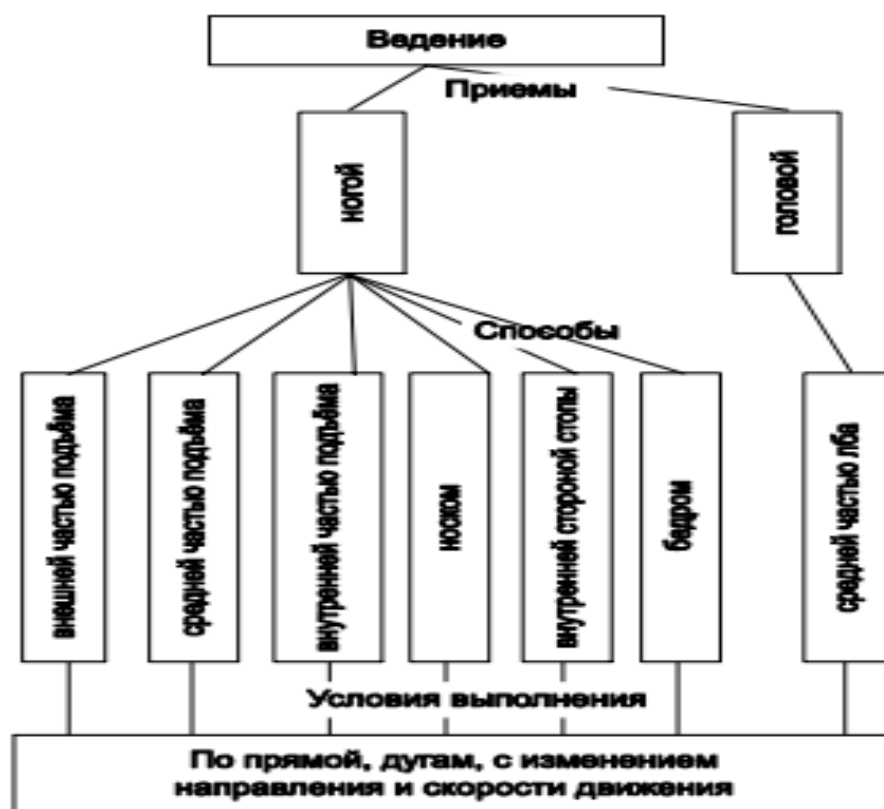


Рисунок 5 – Разновидности ведения мяча в футболе

Левченко Е.С. отмечает: «Слово «финт» в переводе с итальянского означает «притворство», «выдумка», в теории спорта используется как синоним выражения «обманное движение». Финты применяют с целью преодоления сопротивления соперника и создания благоприятных условий для дальнейшего ведения игры. Обманные движения относятся к тем приемам техники, использование которых практически всегда предполагает вступление в единоборство с противником. Качество выполнения финтов определяется уровнем развития у игрока таких физических качеств, как быстрота, скоростно-силовые качества, ловкость; лимитируется степенью психологической подготовленности и наличием умения импровизировать. Финты могут выполняться с мячом или без мяча. Обманные движения без мяча являются органической частью техники передвижений» [11]. Классификация обманных движение (финтов) с мячом в футболе представлена на рисунке 6.

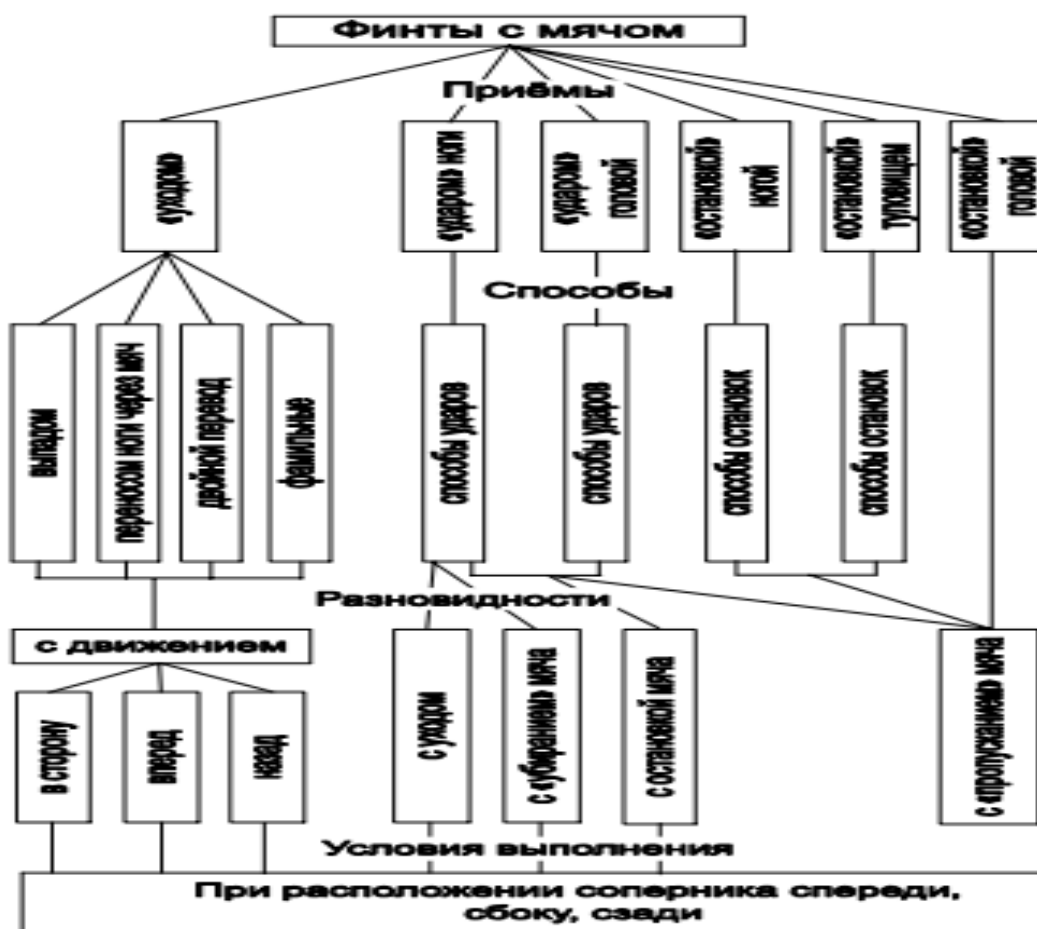


Рисунок 6 - Классификация обманных движение (финтов) с мячом

Мальцев Д.Н. обращает внимание: «В современном футболе техникой отбора мяча должны владеть полевые игроки любого амплуа. Начинающим футболистам следует знать все существующие способы отбора мяча: перехват, отбор толчком в разрешенную часть туловища и, наконец, подкат» [13]. Классификация приёмов отбора мяча в футболе представлена на рисунке 7.

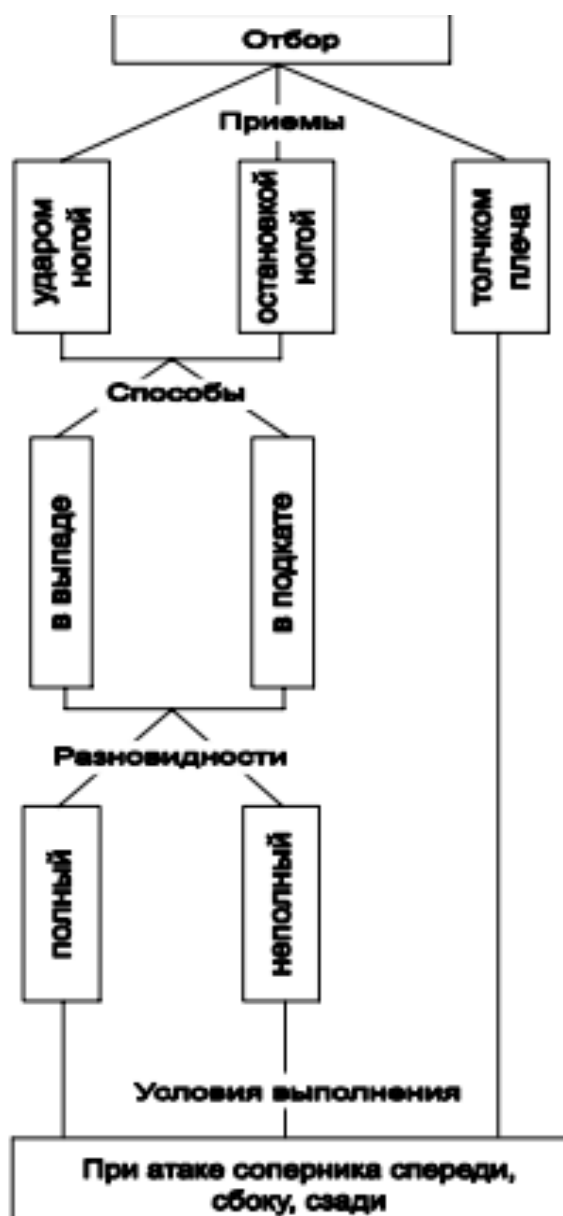


Рисунок 7 – Классификация приёмов отбора мяча в футболе

Как пишет Можаяев Э.Л.: «После освоения необходимых индивидуальных и групповых действий, при обучении действиям в команде используются упрощенные двухсторонние игры. Вначале играющих необходимо научить находится на определенных местах и действовать на ограниченном отрезке площадки. Условия их действий постепенно усложняются и доводятся до двухсторонней игры без ограничений» [15].

Губа В.П. в своих работах отмечает: «Техника в футболе - это большое разнообразие приёмов работы с мячом в тренировках и играх. Техническое мастерство футболистов характеризуется количеством приёмов, которые они используют на поле, степенью их разносторонности и эффективностью выполнения. Игра становится скучным зрелищем, если на поле выходят футболисты с заметными пробелами в технической подготовленности. Чтобы стать игроком высокого класса, юному футболисту необходимо освоить весь технический арсенал футбола» [8].

### **Выводы по главе**

Тренер должен знать сильные и слабые стороны каждого юного футболиста. Совершенствование технической подготовки возможно лишь при активном, целеустремленном настраивании игрока на решение задач, поставленных различными игровыми ситуациями. Не следует забывать о выработке высокой техники выполнения приемов, если футболист неоднократно выходит на поле с полной уверенностью в своих силах и доказывает свою способность находить выход из самых сложных положений, тренер может поставить перед игроком задачи, выполнение которых связано с риском. Возрастает роль игроков, умеющих успешно вести борьбу за мяч на различных участках поля с последующим логическим продолжением, созданием численного преимущества, на каком-либо участке поля или с эффективными индивидуальными действиями.

## **Глава 2. Методы и организация исследования**

### **2.1 Методы педагогического исследования**

В ходе педагогической работы мы использовали традиционные методы исследования:

- 1) «анализ научно-литературных источников,
- 2) педагогическое наблюдение,
- 3) педагогический эксперимент,
- 4) контрольные испытания (тесты),
- 5) методы математической статистики» [9].

#### **Анализ научно-литературных источников**

Изучая научно-литературные источники, мы рассмотрели вопросы обучения базовым техническим приемам юных футболистов. Определяли основные направления работы с целью улучшения методики обучения базовым техническим приемам юных футболистов 9-10 лет.

#### **Педагогическое наблюдение**

Педагогические наблюдения проводили на протяжении всего педагогического эксперимента, присутствовали на учебно-тренировочных занятиях, с целью изучения и оптимизации технической подготовки юных футболистов.

#### **Контрольные испытания (тесты)**

Показатели уровня физической подготовленности юных футболистов в ходе педагогического эксперимента изучали по результатам контрольных тестов:

- подтягивание из виса на перекладине;
- прыжок в длину с места;
- челночный бег 3x10 м;
- наклон вперед;
- бег 30 м;

- 6-минутный бег.

Результаты технической подготовки изучали по контрольным тестам:

- удар серединой подъема на точность;
- прием-передача внутренней стороной стопы;
- ведение мяча 3x15 м;
- жонглирование ногами, удары и др.

### **Педагогический эксперимент**

Педагогический эксперимент проходил на базе на базе ГБОУ СОШ №6 г.о. Жигулёвск. Мы изучили особенности обучения базовым техническим приемам юных футболистов 9-10 лет.

### **Методы математической статистики**

Полученные данные обрабатывали при помощи методов математической статистики, используя t-критерий Стьюдента. Определяли среднюю арифметическую ( $M$ ) и ошибку средней арифметической ( $m$ ) используя компьютерную программу «Stat».

## **2.2 Организация педагогического исследования**

**Первый этап педагогического исследования** проходил с сентября 2019 - по апрель 2020 гг., мы проводили предварительный педагогический эксперимент с двумя группами мальчиков 9-10 лет в количестве по 12 человек в каждой группе. Изучали литературные источники, проводили педагогические наблюдения, разрабатывали экспериментальную методику.

**Второй этап педагогического исследования** проходил с апреля 2020 - по апрель 2021 гг., мы проводили основной педагогический эксперимент на базе ГБОУ СОШ №6 г.о. Жигулёвск. Были сформированы две группы: контрольная группа, занимающаяся по общепринятой программе и экспериментальная группа, которая занималась по разработанной методике (экспериментально оптимизированно содержание). В течение недели юные



футболисты контрольной и экспериментальной групп занимались по 2 раза в неделю, длительность каждого тренировочного занятия составляла 45 минут.

**Третий этап педагогического исследования** проходил с конца апреля - по июнь 2021 г., мы решали задачи, связанные с завершением бакалаврской работы, выполняли корректировку результатов и заключения педагогического исследования, оформляли квалификационную работу и подготавливали презентационный материал и доклад к защите.

### **Выводы по главе**

Педагогический эксперимент проходил ГБОУ СОШ №6 г.о. Жигулёвск. Мы разработали и внедрили методику обучения базовым техническим приемам юных футболистов 9-10 лет. В экспериментальной группе уделяли время теоретической и практической подготовке, мы рассмотрели вопросы обучения базовым техническим приемам юных футболистов. Определили основные направления работы с целью улучшения методики обучения базовым техническим приемам юных футболистов 9-10 лет. Педагогические наблюдения проводили на протяжении всего педагогического эксперимента. Показатели уровня физической подготовленности юных футболистов в ходе педагогического эксперимента изучали по результатам контрольных тестов: подтягивание из виса на перекладине, прыжок в длину с места, челночный бег 3x10 м, наклон вперед, бег 30 м, 6-минутный бег. Результаты технической подготовки изучали по контрольным тестам: удар серединой подъема на точность, прием-передача внутренней стороной стопы, ведение мяча 3x15 м, жонглирование ногами, удары и др.

## Глава 3 Результаты исследования и их обсуждение

### 3.1 Особенности организации занятий по технической подготовке юных футболистов

Комаров А.П., Максимик В.К. в своих работах по футболу пишут: «Обучение технике нового игрового приема следует начинать с создания представления о нем. С этой целью юным футболистам объясняется назначение данного приема и показывается образец. Внимание одновременно акцентируется на более важных элементах движения. Схемы или макеты используются для создания представления о техническом действии или игровом приеме. Также важно, чтобы учащиеся понимали изучаемый материал. После показа и объяснения конкретного игрового двигательного действия следует его выполнение под контролем тренера. Важно понять движение и самостоятельно контролировать его выполнение. Первые упражнения выполняются в простых условиях, затем условия постепенно усложняются, после чего юным футболистам дается возможность для развития самостоятельности. После освоения общей схемы изучаемого движения переходят к его совершенствованию в условиях, близких к игровым. Таким образом, в овладении отдельными приемами игры можно выделить определенные взаимосвязанные фазы:

- ознакомление с приемом;
- выполнение в упрощенных условиях;
- выполнение в условиях, приближенных к игровым;
- совершенствование в двухсторонних играх» [17].

Можаев Э.Л. отмечает: «Принято начинать обучение с основных технических приемов в простейших условиях. Следует заметить, что предлагаемый в ряде литературных источников путь усложнения, к примеру, начинать выполнение каждого нового приема на месте, затем в движении, - необязателен. Прием нужно выполнять сразу в движении, на месте выполняется

прием при создании первичных представлений. В тех случаях, когда занимающиеся делают грубые ошибки, которые нарушают структуру движения, следует упростить условия выполнения этого упражнения. Усложнение выполняется различными способами: увеличением скорости выполнения, силы и точности ударов, количества участвующих в упражнении и усложнением их функций, введением пассивного и активного защитника» [15].

Упражнение 1 (без мяча). Правила выполнения: «Выполняется размахивание бьющей ногой вперед с разворотом стопы на 90°, а затем повторяется это движение, но уже со сгибанием опорной ноги в коленном суставе перед началом движения бьющей ноги вперед» [17].

Упражнение 2 (с мячом). Правила выполнения: «Выполняется имитация удара бьющей ногой вперед с разворотом стопы на 90° и со сгибанием опорной ноги в коленном суставе перед началом движения бьющей ноги вперед» [19]

Упражнение 3 (у стенки). Правила выполнения: «Нужно встать в 5-6 м от стенки и выполнить по 20-25 ударов низом по неподвижному мячу без разбега. Затем совершить по 20-25 ударов с одного, а потом с 2-3 шагов разбега» [18].

Упражнение 4 (точный удар). Правила выполнения: «Перед стенкой из флажков сооружаются ворота шириной 1 м. Мяч посылается низом в ворота с расстояния 6 м, надо стараться точно попасть в цель. Если тренируются несколько человек, то упражнение можно проводить в виде соревнования: посчитать, кто сделает больше точных попаданий после 10 ударов» [17].

Упражнение 5 (точная передача). Правила выполнения: «Игроки разбиваются на пары. Партнеры встают друг против друга на расстоянии 5- 6 м и поочередно низом посылают друг другу мяч так, чтобы он мягко подкатывался к ногам адресата. По мере освоения техники удара выполняются удары поочередно то правой, то левой ногой» [18].

Упражнение 6 (в колонне). Правила выполнения: «Один из занимающихся (пасующий) встает в 6 м от колонны. По сигналу он мягко низом направляет мяч головному игроку в колонне. Тот с ходу направляет мяч

обратно, а сам поворачивается и занимает место в конце колонны и т.д. Когда все игроки выполнят по две передачи, происходит замена пасующего игрока. В ходе упражнения все игроки должны побывать в роли пасующего» [19].

Упражнение 7 (мяч в кругу). Правила выполнения: «На площадке чертится круг диаметром 18-20 м. Один из игроков встает внутри круга. Остальные размещаются по линии круга на одинаковом расстоянии друг от друга. Игрок, стоящий внутри круга, поочередно посылает мяч каждому из участников. После 15-20 передач его меняет следующий игрок» [19].

Упражнение 8 (передачи и перемещения). Правила выполнения: «Занимающиеся (6-7 человек) располагаются по кругу. Один из игроков по сигналу выполняет передачу одному из партнеров и перебегает на его место. Тот также выполняет передачу товарищу и перемещается на его место и т.д.» [17]. На рисунке 8 цифрами изображена очередность выполнения передач.

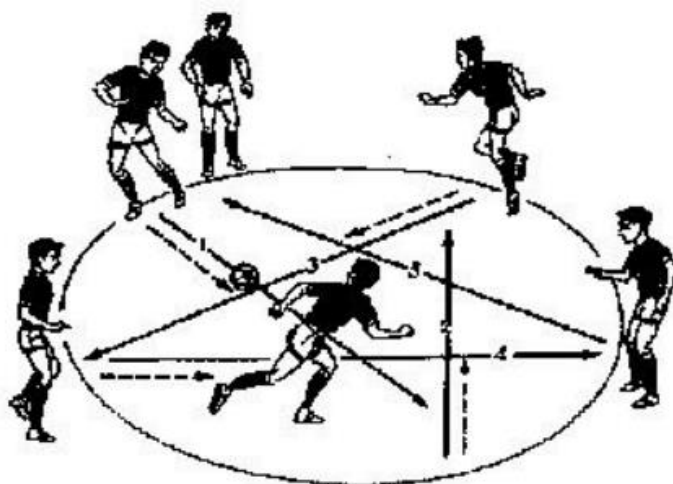


Рисунок 8 – Передачи и перемещения

Упражнение 9 (в движении). Правила выполнения: «Передвигаясь по кругу, игроки выполняют передачи мяча в одно или два касания. При этом рекомендуется передавать мяч на ход впереди бегущему партнеру. При выполнении передачи внешнее плечо игрока выдвигается вперед, а носок опорной ноги направляется в сторону ожидающего мяч игрока» [17].

Упражнение 10 (с двумя мячами). Правила выполнения: «Два игрока встают в 5-7 шагах друг от друга. По сигналу третьего они одновременно направляют мяч друг другу ударом внутренней стороной стопы, а затем ударом по катящемуся мячу возвращают его обратно. При передачах необходимо следить, чтобы мячи не сталкивались» [18].

Упражнение 11 (с подачи партнёра). Правила выполнения: «Занимающийся встает сбоку от партнера и внутренней стороной стопы низом направляет ему мяч. Тот с разбега по катящемуся мячу направляет его в стенку. Периодически партнеры меняются ролями» [18].

Игровые упражнения является отличной формой тренировки для большого числа игроков. Перед штрафной площадью находятся три защитника и три нападающих. Тренер поочередно передает мяч нападающим. Она выполняют рывок навстречу мячу, в одно касание передают его тренеру, и вновь делают рывок в противоположную от мяча сторону. Защитники вначале действуют пассивно, но движутся за нападающими, преследуют их.

Та же расстановка. Тренер умышленно сильно передает мяч нападающему. Тот принимает, обводит защитника, который в момент приема мяча нападающим умышленно ориентируется в ложном направлении, и наносит удар по воротам.

То же, только нападающему следует высокая или полуввысокая передача. Способ передачи может чередоваться.

То же, что и в предыдущем упражнении, только нападающий выбирает кратчайший путь к воротам, а защитник преследует его и мешает ему нанести удар по воротам в дальнейшем это же упражнение для нападающих усложняется активным противодействием защитников

Та же расстановка, что и в предыдущих упражнениях, только все игроки находятся в движении еще до передачи. Кроме тренера мяч передает еще один игрок. Начало такое же. Защитники движутся в ложном направлении, но в дальнейшем упражнение усложняется и протекает как в условиях игры.

Каждая команда, в свою очередь, разбивается на три группы, по три человека в каждой. Как и в предыдущем упражнении, рабочий отрезок состоит из половины длины поля. Эстафета начинается на той стороне отрезка, где находятся две команды. Игрок 1 посылает мяч из центра в направлении игрока 2 и смещается в сторону. Игрок 2 направляет мяч игроку 3 и подобно первому проходит его. Упражнение повторяется до тех пор, пока вся группа не войдет в штрафную площадь. После этого мяч можно передать другой группе. При выполнении данного упражнения важно выполнять передачи так, чтобы посылать мяч далеко вперед от принимающего. Иначе невозможно поддерживать высокую скорость движения. Точность в данном случае не является так уж необходимой, упор делается не на технику, а на физические усилия. Если данный рабочий цикл слишком короток, можно использовать следующий вариант. Все три группы начинают работу на одном и том же конце дистанции, и каждый рабочий интервал состоит из расстояния, равного двойной длине поля.

Если составить группу из четырех игроков, можно организовать следующие упражнения: игрок передает мяч по диагонали на выход игроку 3 и обходит игрока 4. Игрок 3 отдает мяч назад игроку 2. Тот по диагонали пасует на выход игроку 1 и обходит игрока 3. Подобным образом выполняется все упражнение. Оно более сложно, поэтому каждый рабочий цикл должен составлять расстояние, равное двойной длине поля.

Повторные отрезки можно практиковать в закрытом помещении, но при наличии поверхности, обеспечивающей отскок мяча (стены или скамейки). Команды размещаются позади скамеек или в наиболее удобной точке вдоль стен зал. Как и обычно, количественный состав команд определяется в зависимости от степени тренированности футболистов и интенсивности предстоящей тренировочной работы.

Двигаясь против часовой стрелки, очередной игрок каждой команды делает передачи «в стенку» в шести заранее намеченных пунктах (А, Б, В, Г, Д, Е). Движение каждый раз начинается из точки, находящейся рядом с той, в

которой расположился игрок, и заканчивается передачей в свою собственную точку отскока. Соблюдается принцип эстафеты. В зале обычных размеров продолжительность рабочего цикла составляет два круга - примерно 100 м. В залах больших размеров расстояние следует рассчитывать в зависимости от времени, которое требуется для прохождения одного или нескольких полных кругов.

### 3.2 Результаты физической подготовленности юных футболистов в ходе педагогического эксперимента

К завершению педагогического эксперимента наблюдался рост показателей физической подготовленности юных футболистов у испытуемых обеих групп, это связано с возрастным развитием двигательных функций занимающихся и стимулирующим воздействием разработанной методики. Результаты контрольного теста «6-минутный бег» улучшились с 1496 м до 1523 м, это свидетельствует о достижении испытуемыми высокого уровня развития выносливости в ходе тренировочного процесса.

В таблице 1 приведены показатели физической подготовленности испытуемых контрольной и экспериментальной групп юных футболистов.

Таблица 1 – Показатели физической подготовленности юных футболистов

Группы	Тестовые упражнения					
	Подтягивание из виса, раз	Прыжок в длину с места, см	Челночный бег, 3x10 м, сек	Наклон вперед, см	Бег 30 м, сек	6-минутный бег, м
КГ	5,69±0,71	209,8±13,0	8,45±0,77	6,47±0,81	5,42±0,28	1496±69
ЭГ	7,05±0,65	211,4±12,9	8,15±0,81	6,59±0,74	5,20±0,30	1523±73
P	≤0,05	≤0,05	≤0,05	≤0,05	≤0,05	≤0,05

Результаты контрольного теста «челночный бег» 3x10 м и бега на 30 метров представлены на рисунке 9, мальчики контрольной группы показали

результат 8,45 сек, а мальчики экспериментальной группы 8,15 сек. В беге на 30 м результаты контрольной группы мальчиков составил 5,42 сек экспериментальной группы 5,20 сек.

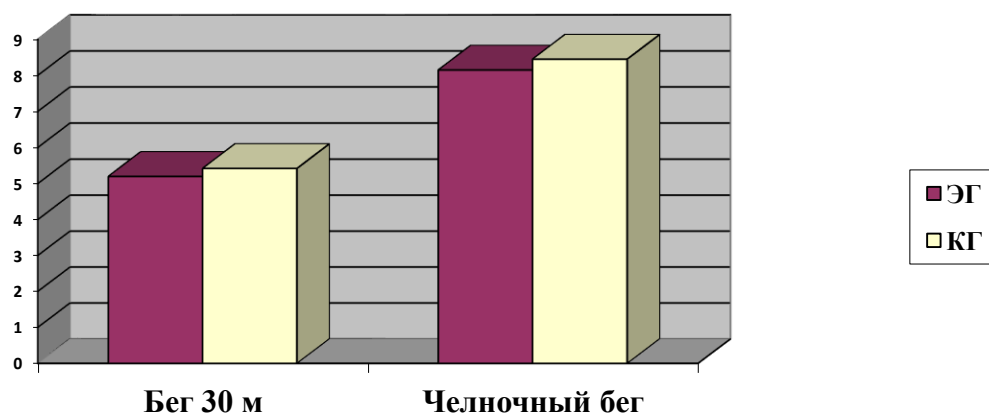


Рисунок 9 – Результаты контрольных тестов

Результаты контрольного теста «прыжок в длину с места» мальчики контрольной и экспериментальной группы показали 209,8 и 211,4 см, мальчики обеих групп вышли по этому показателю на высокий уровень (результат выше 205 см). На рисунке 10 представлены результаты выполнения контрольного теста «прыжок в длину с места».

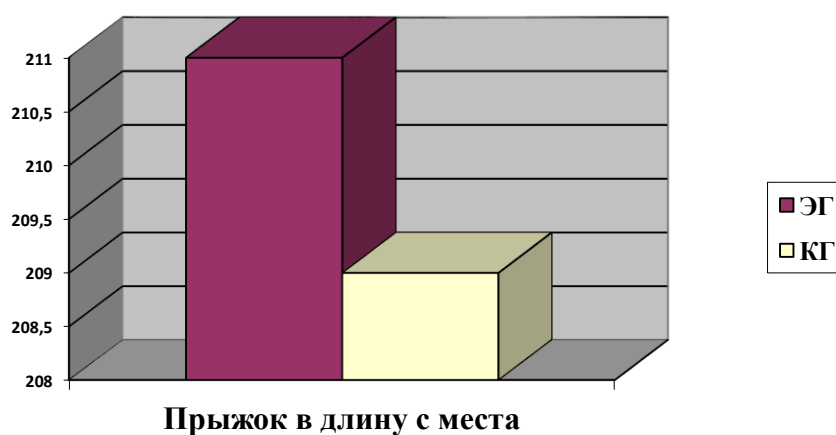


Рисунок 10 – Результаты контрольного теста «Прыжок в длину с места»



В таблице 2 приведены показатели технической подготовленности испытуемых контрольной и экспериментальной групп, результаты ведения мяча 3x15 м представлены на рисунке 11.

Таблица 2 – Показателей технической подготовленности юных футболистов

Технические приемы	Группы испытуемых	Показатели технической подготовленности, баллы
Удар серединой подъема на точность, баллы	КГ	11,36±3,59
	ЭГ	16,64±3,12
	P	≤0,05
Прием-передача внутренней стороной стопы, с	КГ	7,75±1,22
	ЭГ	5,46±1,09
	P	≤0,05
Ведение мяча 3x15 м, с	КГ	15,92±1,62
	ЭГ	14,44±1,62
	P	≤0,05
Жонглирование ногами, удары	КГ	35,24± 12,32
	ЭГ	51,49±12,51
	P	≤0,05

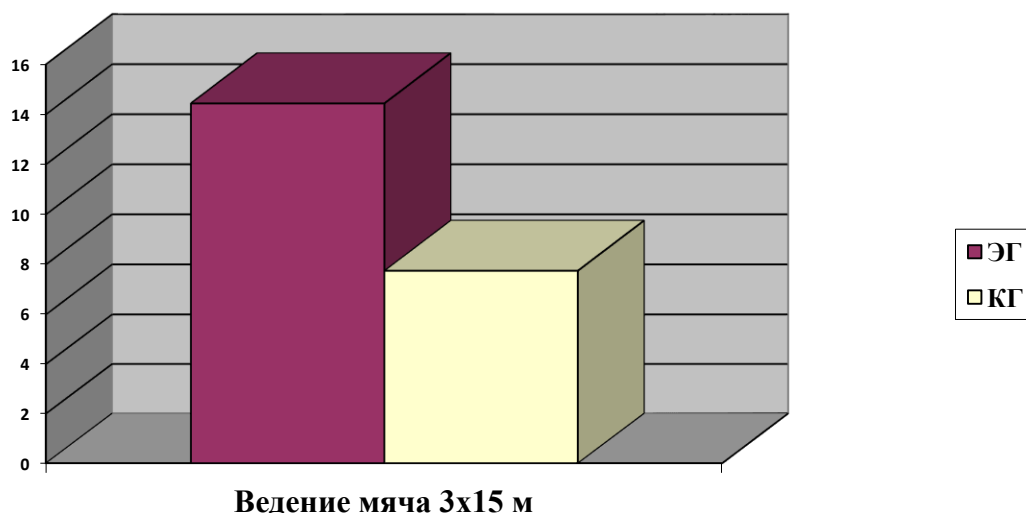


Рисунок 11 – Результаты выполнения технического приема

По окончании педагогического эксперимента преимущество юных футболистов экспериментальной группы в ходе игр и на соревнованиях по технической подготовке стало более значимым.

### 3.3 Результаты технической подготовки юных футболистов в ходе педагогического эксперимента

Техническую подготовку юных футболистов мы изучали, рассматривая технику владения мячом мальчиков контрольной и экспериментальной групп в ходе учебно-тренировочного процесса, изучали технику точности выполнения передач и ударов по воротам, результаты представлены в таблице 3 и на рисунке 12.

Таблица 3 – Результаты контрольных упражнений точности передач неподвижного мяча (%)

Упражнения на точность передачи мяча	Результаты (%)		
	КГ	ЭГ	Р
Передача мяча, стоя лицом к мишени	60,4±3,0	71,3 ±2,2	≤0,05
Передача мяча, стоя правым боком к мишени	37,8±2,4	47,4±2,4	≤0,05
Передача мяча, стоя левым боком к мишени	56,6±3,1	67,4±2,3	≤0,05

При проведении учебно-тренировочных занятий в тренировочный процесс необходимо включать разнообразные упражнения, так как это способствует повышению работоспособности. затем замедляет и прекращает рост тренированности

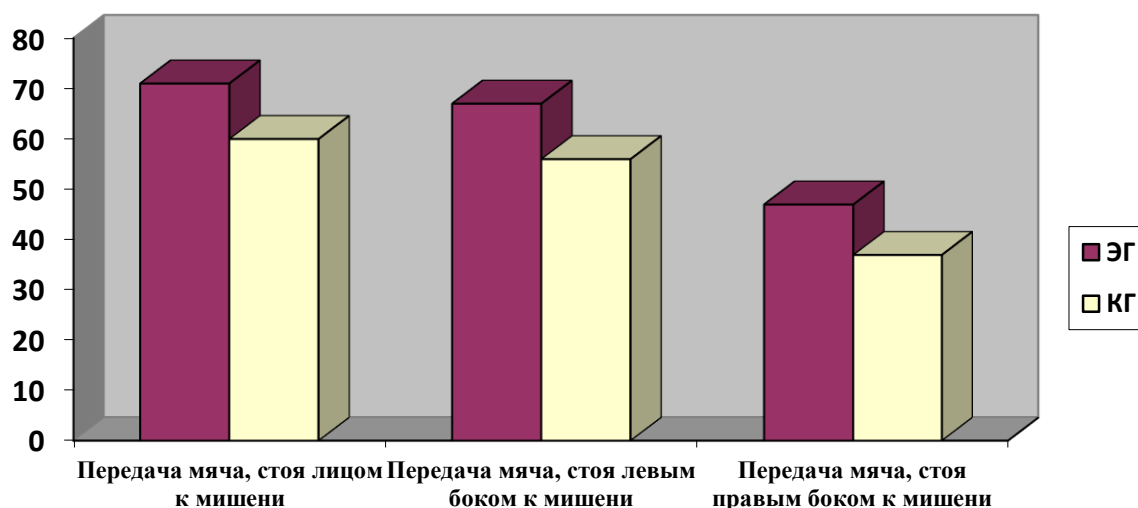


Рисунок 12 – Результаты точности передач мяча

В ходе педагогического эксперимента была подтверждена эффективность влияния разработанной методики контрольных упражнений точности передач катящегося мяча (%) данные представлены в таблице 4 и на рисунке 13.

Таблица 4 – Результаты контрольных упражнений точности передач катящегося мяча (%)

Упражнения на точность передачи мяча	Результаты (%)		
	КГ	ЭГ	P
Передача катящегося мяча ударом левой ногой, стоя правым боком к мишени	37,4±2,8	48,3±1,2	≤0,05
Передача катящегося мяча, стоя левым боком к мишени	54,3±3,5	67,6±2,3	≤0,05
Передача катящегося мяча, передвигаясь к мишени	58,7±2,8	63,5±2,8	≤0,05
Передача катящегося мяча ударом левой ногой, передвигаясь вдоль мишени правым боком к ней	37,3±2,4	45,3±2,0	≤0,05
Передачи катящегося мяча ударом правой ногой, передвигаясь вдоль мишени левым боком к ней	51,4±3,2	64,3±2,2	≤0,05

Степень воздействия тренировочных нагрузок на организм спортсмена зависит от сочетания их объема и интенсивности. Рекомендуется рационально чередовать тренировочные занятия с различными по характеру нагрузками и проводить их с учетом состояния организма спортсмена и влияния предыдущих тренировочных занятий. Применение однообразных упражнений во время проведения тренировочных занятий быстро адаптирует организм спортсмена к применяемым упражнениям.

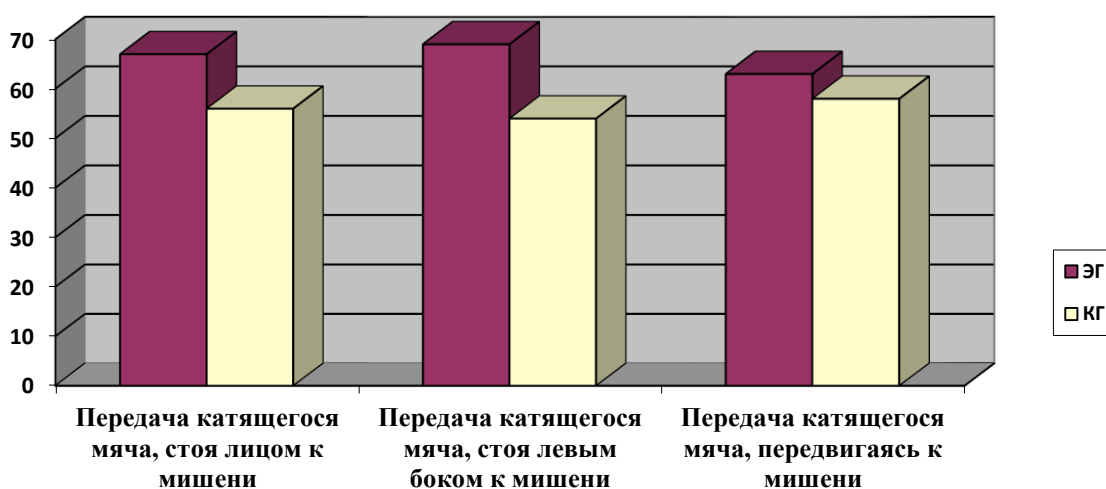


Рисунок 13 – Результаты точности передач катящегося мяча

По результатам контрольных упражнений на точность передачи мяча заметна положительная динамика мальчиков экспериментальной группы как в передачах с неподвижным мячом из стандартных положений при ударах, так и в передачах с катящимся мячом из разных положений. Изучая результаты контрольных упражнений можно заключить, что целенаправленный учебно-тренировочный процесс обучения базовым техническим приемам юных футболистов используя упражнения и игры, разного содержания и характера, ведут к формированию правильной техники игры в футболе.

Мальчики контрольной и экспериментальной группы в завершении педагогического эксперимента участвовали в 3 контрольных встречах, где

победу одержали юноши экспериментальной группы со счётом 3:2, 4:2 и 5:2 что даёт основание полагать о положительном влиянии разработанной методики обучения базовым техническим приемам юных футболистов.

### **Выводы по главе**

Рекомендуется рационально чередовать тренировочные занятия с различными по характеру нагрузками и проводить их с учетом состояния организма спортсмена и влияния предыдущих тренировочных занятий. Результаты экспериментальной группы физической подготовленности юных футболистов в ходе педагогического эксперимента улучшились и были выше результатов мальчиков контрольной группы. Контрольный тест «челночный бег» 3x10 м мальчики контрольной группы показали результат 8,45 сек, а мальчики экспериментальной группы 8,15 сек. В беге на 30 м результаты контрольной группы мальчиков составил 5,42 сек экспериментальной группы 5,20 сек. По окончании педагогического эксперимента преимущество юных футболистов экспериментальной группы в ходе игр и на соревнованиях по технической подготовке стали более значимыми. Мальчики контрольной и экспериментальной группы в завершении педагогического эксперимента участвовали в 3 контрольных встречах, где победу одержали мальчики экспериментальной группы.

## Заключение

В ходе проведения исследовательской работы мы пришли к следующим **выводам:**

- 1) Совершенствование технической подготовки возможно лишь при активном, целеустремленном настраивании игрока на решение задач, поставленных различными игровыми ситуациями. Не следует забывать о выработке высокой техники выполнения приемов, возрастает роль игроков, умеющих успешно вести борьбу за мяч на различных участках поля с последующим логическим продолжением, созданием численного преимущества, на каком-либо участке поля или с эффективными индивидуальными действиями.
- 2) Педагогические наблюдения проводили на протяжении всего педагогического эксперимента. Показатели уровня физической подготовленности юных футболистов в ходе педагогического эксперимента изучали по результатам контрольных тестов: подтягивание из виса на перекладине, прыжок в длину с места, челночный бег 3x10 м, наклон вперед, бег 30 м, 6-минутный бег. Результаты технической подготовки изучали по контрольным тестам: удар серединой подъема на точность, прием-передача внутренней стороной стопы, ведение мяча 3x15 м, жонглирование ногами, удары и др.
- 3) Рекомендуется рационально чередовать тренировочные занятия с различными по характеру нагрузками и проводить их с учетом состояния организма спортсмена и влияния предыдущих тренировочных занятий. В экспериментальной группе уделяли время теоретической и технической подготовке. Результаты экспериментальной группы физической подготовленности юных футболистов в ходе педагогического эксперимента улучшились и были выше результатов мальчиков контрольной группы.

Контрольный тест «челночный бег» 3x10 м мальчики контрольной группы показали результат 8,45 сек, а мальчики экспериментальной группы 8,15 сек. В беге на 30 м результаты контрольной группы мальчиков составил 5,42 сек экспериментальной группы 5,20 сек. По окончании педагогического эксперимента преимущество юных футболистов экспериментальной группы в ходе игр и на соревнованиях по технической подготовке стали более значимыми. Мальчики контрольной и экспериментальной группы в завершении педагогического эксперимента участвовали в 3 контрольных встречах, победу одержали мальчики экспериментальной группы, это даёт основание полагать о положительном влиянии разработанной и внедрённой методике обучения базовым техническим приемам.

## Список используемой литературы

1. Базовые виды спорта. Футбол: учебное пособие. - Ижевск: Ижевская ГСХА, 2020. - 84 с.
2. Беженцева Л.М. Основы методики физического воспитания: Учебное пособие: учеб. пособие / Л.М. Беженцева, Л.И. Беженцева. Томск: ТГУ, 2009. - 160 с.
3. Белова Ю. В. Теория и технология физического воспитания детей [Электронный ресурс]: учеб. -метод. пособие / Ю. В. Белова. - Саратов: Вузовское образование, 2018. - 111 с.
4. Бишопс К. Единоборство в футболе / К. Бишопс, Х. -. Герард. - Москва: Спорт-Человек, 2003. - 168 с.
5. Ветков Н. Е. Спортивные и подвижные игры [Электронный ресурс]: учеб. - метод. пособие / Н. Е. Ветков. - Орел: МАБИВ, 2016. - 126 с.
6. Водовозов В.И. Беседы и наглядное обучение - Санкт-Петербург: Лань, 2017. - 22 с.
7. Григорьева И.И. Образование и спортивная подготовка: процессы модернизации. Вопросы и ответы. Часть 1. Организация тренировочного процесса / И.И. Григорьева, Д.Н. Черноног. - Москва, 2016. - 296 с.
8. Губа В. П. Теория и методика футбола: учебник / В. П. Губа, А. В. Лексаков. - Москва: Советский спорт, 2013. - 536 с.
9. Евдокимов В.И. Методология и методика проведения научной работы по физической культуре и спорту: учеб. пособие / В.И. Евдокимов, О.А. Чурганов. Москва: Советский спорт, 2010. - 246 с.
10. Калинина И. Н. Ориентация и отбор в спортивных играх: учебное пособие / И. Н. Калинина, В. А. Блинов. - Омск: СибГУФК, 2016. - 76 с.
11. Левченко Е. С. Футбол: учебное пособие / Е. С. Левченко. - Ставрополь: СКФУ, 2014. - 159 с.



12. Макеева В.С. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. -метод. пособие / В. С. Макеева; Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ). - Орел: МАБИВ, 2014. - 132 с.
13. Мальцев Д. Н. Футбол в вузе: учебное пособие / Д. Н. Мальцев. - 2-е изд., пересмотр. и доп. - Киров: Кировский ГМУ, 2020. - 144 с.
14. Мезенцева В. А. Футбол: методические указания / В. А. Мезенцева, С. Е. Бородачева, А. Ф. Башмак. - Самара: СамГАУ, 2019. - 32 с.
15. Можаяев Э. Л. Футбол с методикой преподавания: учебно-методическое пособие / Э. Л. Можаяев. - Казань: Поволжская ГАФКСиТ, 2017. - 195 с.
16. Подготовка спортсменов в футболе: учебное пособие / М. Я. Андружейчик, А. В. Василевич, Д. Л. Корзун, В. И. Шукан. - Минск: БГУФК, 2020. - 114 с.
17. Теория и методика обучения базовым видам спорта: футбол: учебно-методическое пособие / А. П. Комаров, В. К. Максимик, А. А. Кондрашов, А. А. Шамардин. - Волгоград: ВГАФК, 2017. - 41 с.
18. Теория и методика футбола: учебник / под общей редакцией В. П. Губы, А. В. Лексакова. - 2-е изд., перераб. и дополн. - Москва: Спорт-Человек, 2018. - 624 с.
19. Футбол: история, правила, техника и тактика игры в футбол: учебно-методическое пособие / составители В. В. Чеботарев, А. В. Чеботарев. - Липецк: Липецкий ГПУ, 2017. - 119 с.
20. Шелехова Л.В. Математические методы в психологии и педагогике [Электронный ресурс]: в схемах и таблицах: учебное пособие / Л. В. Шелехова. - Изд. 2-е, испр. - Санкт-Петербург: Лань, 2015. - 224 с.