

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/113263>

Тип работы: Дипломная работа

Предмет: Физическая культура и спорт

Содержание

Введение 3

Глава 1. Теоретические основы технической подготовки футболистов на начальном этапе 5

1. Система отделения дополнительного образования детей по спортивно-оздоровительному направлению 5

1.2. Основы технической подготовки футболистов на начальном этапе 14

1.3. Воспитание морально-волевых качеств в спортивной подготовке юных футболистов 25

Выводы по Главе 1 32

Глава 2. Организация и методы исследования 33

2.1. Цель и задачи 34

2.2. Методы исследования 34

2.3. Организация исследования 37

Ход исследования. 38

Глава 3. Динамика изменения в спортивной подготовленности юных футболистов 39

3.1. Констатирующий этап 39

3.2. Комплекс упражнений для обучения техническим действиям юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки 45

3.3. Результаты исследования 53

Заключение 58

Список литературы 60

Как показал анализ литературных источников, психические процессы в большей степени определяют уровень тактического мастерства игрока: зрительное восприятие, внимание, мышление, предвидение. Игровая активность игроков происходит в сложной, постоянно меняющейся обстановке. Своевременный подбор и реализация наиболее подходящих и эффективных тактических решений в этих условиях возможны только при быстрой и правильной ориентации в игровой среде. Это определяет решающее значение ориентации для тактического мастерства игрока [52].

Процесс ориентации в окружающей среде включает два основных момента:

- получение максимально полной и точной информации.
- его переработке на основе анализа полученных данных, выделения наиболее существенных, оценка ситуации и т. д.

Таким образом, успешность ориентации игрока определяется уровнем восприятия, в первую очередь визуальным. Заключается в том, что игрок может видеть на поле максимально возможное количество других игроков, для этого требуется большой объем, т. е. объем пространства, на протяжении которого фиксированный глаз может различать объекты. По данным исследований Е. Ф. Рыбалко, монокулярное зрение у детей 6 лет в 10 раз меньше, чем у взрослых. Игровая активность игроков требует, чтобы они обладали высокоразвитым периферийным зрением. Игрок часто одновременно воспринимает наиболее важные моменты Центральным зрением, а второстепенные моменты контролируются периферийным зрением.

Недостаточное развитие периферического зрения приводит к тому, что игрок принимает решение, ориентируясь только на объекты, находящиеся с ним, т. е. тактические связи сужаются и тактические действия обедняются [9].

Футболист нуждается в высоком развитии глубокого зрения, чтобы правильно оценить расстояние, на которое он намерен отправить мяч, и точно измерить силу удара с этого расстояния, чтобы правильно рассчитать место приземления летящего мяча и т. д.

Глубокое зрение изучали в футболе мастера спорта и юноши. Результаты исследования показали, что игроки с высокими технологиями, обладают одновременно и большой точностью глубокого зрения.

Для игроков также важна скорость и точность восприятия положения объектов в пространстве [31]. Способность "видеть поле" связана со скоростью и точностью восприятия сложной игровой среды, с точным и быстрым восприятием игроков, движущихся по полю и перемещающих мяч. Чем быстрее и точнее воспринимает положение игроков и мяч, тем быстрее и точнее он может ориентироваться в игровой среде. Результаты визуального исследования восприятия игроков показывают, что квалифицированные игроки обладают большим количеством полей зрения, скоростью и точностью восприятия положения объектов в пространстве. Эти особенности зрительного восприятия развиваются во время тренировок и игр. Эффективность их развития можно повысить, введя в упражнения специальные упражнения, которые занимают широким использованием периферического зрения, скоростью движения центрального зрения, быстрым и точным восприятием расстояния и положения объектов в пространстве [37].

Успешность тактической деятельности футболистов в значительной степени определяется высоким уровнем развития основных свойств внимания. В своих работах по футбольной тактике Б. А. Аркадьев и Г. Д. Качалин отмечают важнейшее значение внимания для всех игроков.

Внимание игрока во время игры произвольно; игрок намеренно фокусируется на игровом процессе, отвлекаясь от всех посторонних стимулов. Во всех случаях, внимание игрока должно быть сосредоточено на игре. Любое отвлечение от посторонних предметов может привести к техническим и тактическим ошибкам [49].

Важнейшая особенность внимания юного футболиста - его высокая интенсивность, достигающая в наиболее ответственные моменты игры до предельной напряженности. Снижение интенсивности внимания во время игрового действия часто приводит к тактическим ошибкам, неправильной оценке игровой ситуации, запоздалым реакциям.

Футболисты также нуждаются в большом объеме и широком распределении внимания.

Большое количество внимания является одним из необходимых условий для взаимодействия с другими игроками. Игрок с небольшим количеством внимания, фокусируя его на мяче, не сможет следить за другими игроками одновременно. Это ограничивает его способность взаимодействовать с ними.

Способность к широкому распределению внимания и наличие большого объема - характеристика игрока высшего класса [29].

Быстрое движение игроков и мяча, постоянные изменения в игровых ситуациях требуют большой мобильности внимания. Без достаточной подвижности внимания ни его объем, ни его широкое распространение невозможны.

Действия игроков во время игры имеют тип сложной реакции. Скорость действий, выполняемых в ответ на изменение условий игры, связана со скоростью реакции [11].

Игра в футбол требует быстрой реакции на внезапное изменение среды систематической деятельности, чтобы они и другие спортивные игры должны помочь улучшить скорость реакции. Исследования показывают, что занятия спортом повышают скорость реакции. А из-за специфики реакций игрока скорость сложной реакции возрастает не просто так.

Для достижения максимальной скорости реакции во время игры необходимы следующие условия:

- статус высококвалифицированных игроков;
 - хорошая техническая подготовка;
 - способность ориентироваться и связанное с этим развитие периферического зрения и скорость и точность зрительного восприятия;
 - есть подъемная игра и игра с волнением;
- интенсивные тренировки перед игрой [10].

1.3. Воспитание морально-волевых качеств в спортивной подготовке юных футболистов

Занятия футболом способствуют развитию скорости, ловкости, выносливости, силы и прыгучести. В игре футболист выполняет чрезвычайно высокую нагрузку, что повышает уровень функциональности возможностей человека, воспитывает моральные и волевые способности. Волевые действия игрока проявляются во время осознанного желания достичь определенных целей, когда необходимо проявить усилия, необходимые для преодоления трудностей, направленных на достижение цели.

Ближайшая цель футбольного матча - победа. Способ первый: забить как можно больше голов в ворота соперника. Однако добиться желаемого успеха не всегда просто, так как в большинстве случаев и противник стремится к тому же.

Цель команды, как правило, ставит более отдаленную цель: завоевание определенного места в национальном чемпионате.

Для достижения ближайших и долгосрочных границ, используя определенные инструменты:

- тренировать новых игроков;
- включать в тренировочный план упражнения и практические элементы, способствующие выполнению конкретной задачи;
- намеренно "подходить" к достижению высокой спортивной формы, в соответствии с календарем чемпионата или (в некоторых случаях) с календарем международных встреч;
- повышать профессионально-теоретический уровень игроков [4].

Подготовка футболиста действительно сводится к развитию качеств.

К ним относятся: недостаточная сфокусированность (ясность цели); решимость и мужество (решения, связанные с риском и опасностью); настойчивость (постоянное движение к цели, несмотря на трудности); самостоятельность и инициативность (самоопределение собственных действий и убеждений, не ориентируясь на информацию извне); выносливость и самоконтроль (способность сдерживать психические и физические проявления, мешающие достижению целей) - блокирует функцию воли [52].

Волевые качества развиваются в процессе постепенного увеличения сложности.

Существуют два типа трудностей: объективные, которые связаны с (специфическими) характеристиками вида спорта и субъективные, обусловленные особенностями отдельного спортсмена.

Объективные трудности можно разделить на следующие:

1. Трудности, связанные с физической подготовкой игрока и его физическим состоянием: большая физическая активность; необходимость повторного ускорения и выстрелов на максимальной скорости; необходимость преодолеть боль.
2. Трудности, связанные с применением различных методов: необходимость высокой точности и координации движений; необходимость быстро переключаться с одного двигателя на другой, с одних форм движения на другие.
3. Трудности, связанные с тактическими действиями игроков: необходимость быстрой и точной ориентации в сложной и постоянно меняющейся среде; необходимость быстрого и удобного реагирования на изменяющиеся условия; необходимость быстрой реструктуризации своих проектов и решений.
4. Трудности, связанные с общими условиями соревнований, игроками и средой, в которой проходит игра: наличие сильных посторонних раздражителей, в частности, реакция аудитории; неблагоприятные условия для игры (плохое состояние футбольного поля, дождь, снег, очень высокая или, наоборот, низкая температура); смена успехов и неудач, возможность неожиданного перехода от игровой перевес соперника; недостаточные временные интервалы между отдельными играми и слишком много заключенных в игровом сезоне; высокая температура и большая нагрузка дважды.
5. Трудности в обучении: необходимость систематического обучения в течение ряда лет; нужно соблюдать режим [5].

Субъективные трудности, в отличие от целей, выражают личное отношение спортсмена к объективным особенностям данного вида спорта, к условиям тренировки, спортивных соревнований и т. д. к ним относятся: предматчевые и негативные эмоциональные состояния во время игры; боязнь травм, страх перед врагом; поэтому неудобно играть с врагом; большой шум на стадионе; суеверие; раздражительность при неправильном суждении.

Для того, чтобы преодолеть субъективные трудности, сначала необходимо выяснить причину их возникновения и, в зависимости от причины сбора средств на разрешение.

Преодоление объективных и субъективных трудностей всегда связано с проявлением воли усилия, при их отсутствии не проявляется воля спортсмена.

Футболисты, как и другие спортсмены, выделяют следующие волевые усилия, связанные: с преодолением усталости, усталости в конце тренировки, а также во время игры; с преодолением боли после травмы; с усилением внимания во время игры; в соответствии с режимом, особенно при подготовке к масштабным действиям [23].

Развитие воли у футболиста происходит в двух направлениях: общем и специализированном. В целом развитие будет способствовать формированию волевых качеств. Став черты характера, они проявляются в различных сферах(работа, обучение и т. д.).

Специализированное развитие качественной воли происходит в соответствии с особенностями футбола, ведь в каждом виде спорта волевые качества имеют свои нюансы. Поэтому невозможно определить, например, мужество футболиста и мужество десантника. Методы и средства специализированного развития воли должны отражать специфику каждого вида спорта [45].

В развитии воли игрока большую роль играет тренер. Дисциплина, последовательность, строгость и

спортсмены, такт, знание индивидуальных особенностей занятого человека-это небольшой перечень контроля качества технического персонала, необходимого для формирования воли.

Тренировка игроков - это не эпизодическая работа тренера перед соревнованиями, а постоянная работа на протяжении длительного времени.

Консолидируя усилия, вы должны сформировать у футболиста возможность поднимать отличные спортивные мероприятия, планировать спортивные мероприятия и позволять себе доминировать в достижении этих целей [27].

Самостоятельность и инициативность развиваются самостоятельно, совершенствуя свои спортивные навыки в поиске индивидуального стиля игры, изобретении новых тактических комбинаций в поисках психологической подготовки и др.

Решимость и смелость формируются, когда игроки создают такие ситуации, решение которых не позволяет медлить.

Настойчивость и настойчивость требуют овладения навыками достижения целей, выполнения жизненного режима и тренировок, планируется выполнение больших физических размеров, независимо от погодных условий, настроения, нежелания тренироваться и так далее.

Для воспитания выдержки и самообладания, надо научить игрока трезво оценивать ситуацию, контролировать свои чувства, контролировать действия в экстремальных ситуациях [7].

Самообслуживание является важным аспектом воспитания воли. Это будет эффективно, если вы доведете до сознания игроков основные принципы, на которых основывается воля к себе: научись контролировать себя, делай то, что тебе нужно, а не то, что он хочет; совершенствование, всегда и везде, делать все и всегда хорошо предвидеть результаты и последствия своих действий; всегда искать причины несовершенства своей деятельности (ошибок, неудач, провалов и т. д. Особенно в себе, а не в "обстоятельствах", чтобы быть самым строгим судьей для себя.

Важным аспектом в развитии психических качеств игроков является научно обоснованное планирование. В литературе по футболу этому разделу не уделяется должного внимания. Следовательно- реализация запланированных мероприятий психологического тренинга не осуществляется целенаправленно [41].

Тренеры должны помнить, что психологическая подготовка игрока должна быть первой с молодежью. Так как препарат не зависит от тренировки, рекомендуется при ежедневной тренировке физической, технической, тактической, специально-теоретической подготовки, а в соревновательной деятельности. Где эта сторона формирования методически хорошо организованного игрока, там есть хорошая основа для развития и совершенствования отличных психических качеств.

Футбол-это командная игра, поэтому, планируя содержание психологической подготовки, необходимо учитывать не только развитию личностных качеств спортсменов, но и внутригрупповые взаимодействия в ходе игры, формирование этой группы, свойства и качества, небольшой группы, такие как сплоченность, создание положительного психологического климата в коллективе. Вышеуказанные свойства небольшой группы зависят от того, насколько игроки совместимы друг с другом (социальная, психологическая, психофизиологическая совместимость) [37].

В игровой деятельности, эта совместимость может быть достигнута двумя способами. Первый метод-это выбор игроков на основе свойств соответствия темперамента, сенсорных и перцептивных процессов, мотивации, стиля игры, соответствия эмоциональной сферы личности игроков [12].

Психологическая подготовка к матчам по футболу начинается с того момента, когда спортсмен узнает о своем участии в них. Основной задачей психологической подготовки к соревнованиям является создание у игрока готовности к выступлениям, которая должна поддерживаться в ходе матча. Готовность, как психическое состояние спортсмена характеризуется уверенностью в себе, стремлением бороться до конца и желанием победить, значительной эмоциональной устойчивостью, умением управлять своими действиями, настроением и чувствами, способностью мобилизовать все силы для достижения цели [25].

Психологическая подготовка игрока состоит из ряда разделов или ссылок:

1. Сбор достаточной и достоверной информации об условиях предстоящих соревнований и конкурентах.
2. Завершение и уточнение информации о программах обучения, возможностях спортсмена и перспективах их изменения к началу соревнования.
3. Правильное определение цели участия в соревнованиях.
4. Вероятностное программирование соревновательной деятельности, возможное моделирование условий предстоящих соревнований и определение направления тактического плана, т. е. оптимального варианта вероятностной программы действий, ожидаемых условий соревнований.
5. Специальная подготовка к встрече с соревновательными препятствиями различной степени сложности

(особенно неожиданными) и упражнения по их преодолению.

6. Предвидя методов саморегуляции возможных неблагоприятных внутренних условий и условий окружающей среды.

7. Подбор и использование способов сохранения нервно-психической свежести до начала соревнований и ее восстановления во время соревнований [44].

"Моделирование" конкурентной среды – одно из важнейших средств ранней психологической подготовки к соревнованиям. Для моделирования " тренер сначала детально анализирует условия предстоящих соревнований, особенно соперников, окружающую среду (погоду, реакцию зрителей, место проведения соревнований и т.д.).

Для создания нервной свежести игроков в предконкурсный период очень важно установить для них правильный распорядок дня, который, с одной стороны, должен соответствовать требованиям строгого спортивного режима, а с другой, содержать отвлекающие, интересные для участников мероприятия: коллективные прогулки, просмотр фильмов, любимая музыка, выезд за город и т.д. При этом следует учитывать индивидуальные наклонности и вкусы игроков [7].

Важной проблемой психологической подготовки футболиста к соревнованиям является повышение его способности регулировать свое эмоциональное состояние. Обучение умению регулировать свое психическое состояние должно проводиться не только при подготовке к соревнованиям, но и в течение всего годового цикла обучения. Поэтому тренер должен убеждать игроков на каждой тренировке в важности методов самообразования и саморегуляции для их тренировки, для преодоления трудностей, и требовать от спортсменов систематической практики в совершенствовании этих приемов [32].

При подготовке к матчу, когда игроки уточняют свои действия и действия своих оппонентов и соответственно настраиваются, им полезно отключиться от предстоящей встречи до начала разминки перед игрой. Могут быть и другие варианты настройки для матча.

Главная задача тренера, готовящего игроков к выступлениям, - снять ненужное нервное напряжение, возникающее перед выходом на поле, развить разумную уверенность в себе и боевую готовность. В то же время нельзя допустить, чтобы уверенность в себе сменилась уверенностью в себе. Это приведет к самоуспокоенности, потере бдительности и ослаблению внимания. В практике психологической подготовки спортсмена к выступлениям на соревнованиях существует ряд приемов, которые может выборочно использовать тренер. Не только тренер, но и сам спортсмен должен настраивать на матч. Для этого он должен научиться использовать самогипноз, самоутверждение, самоубеждение, Самопомощь перед матчем. Перед матчем, приемы аутогенной тренировки очень эффективны, особенно для чрезмерно возбудимых и неуравновешенных игроков [1].

Выводы по Главе 1

Анализ научной и методической литературы по проблеме исследования позволил сформулировать следующие выводы:

1. Определено, что в учебно-тренировочном процессе юных футболистов используется комплекс средств и методов спортивной тренировки. Одной из составных частей спортивной подготовки является техническая подготовка.

Техническая, физическая, психологическая подготовка футболиста - это составная часть спортивной подготовки, в основе которой умения владения своим телом в сочетании искусным обращением с футбольным мячом, умением готовиться к матчам, умением поддерживать высокую работоспособность в ходе матча.

Список литературы

1. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ. -М.: Просвещение, 2013
2. Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС). -М.: Просвещение, 2012
3. Абзалов Р.А. Теория и методика физической культуры и спорта: Учебное пособие / Р.А. Абзалов, Н.И. Абзалов. – Казань, изд-во «Вестфалика», 2013. – 202 с.
4. Айткулов С.А. Методика технико-тактической подготовки в мини-футболе: учебное пособие для студ. факультетов физкультуры пед. вузов / С.А. Айткулов. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2009. – 88 с.
5. Алексеев Г.Н. Специализированные подвижные игры в тренировке юных футболистов: Учебно-методическое пособие для студентов факультетов физической культуры педвузов, тренеров ДЮСШ,

учителей физкультуры. – Оренбург: Издательство ОГПУ, 2013. – 84 с.

6. Алиев, Э.Г., Андреев С.Н., Губа В.Н. Мини-футбол (футзал): учебник для студентов высших учебных заведений по направлению «Физическая культура»/ Э.Г. Алиев, С.Н. Андреев, В.Н. Губа. - Изд-во «Советский спорт», 2012. – 554 с.

7. АрпадЧанади. Футбол; Стратегия: Пер. с венг. Ю. Гербста — Москва: Физкультура и спорт, 2012. — 208 с.

8. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания [Текст]: учебник для студ. высш. учеб. заведений / Б.А. Ашмарин. М: Физкультура и спорт, 2010. 235 с.

9. Годик, М. А. Физическая подготовка футболистов / М. А. Годик. - М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2006. - 272 с.

10. Голомазов, С. В. Теория и методика футбола. Техника игры / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 472 с.

11. Готовцев, Е.В. Игровые упражнения в интегральной подготовке футболистов: учебно-методическое пособие для студентов и преподавателей / Готовцев Е.В., Шелестов В.С. Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2014.- 64 с.

12. Губа, В. П. Организация учебно-тренировочного процесса футболистов различного возраста и подготовленности / В.П. Губа, А.В. Лексаков. - М.: Советский спорт, 2012. - 176 с.

13. Губа, В.П. Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований: учебно-методическое пособие / Губа В.П., Пресняков В.В. М.: Человек, 2015. 288 с.

14. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта / Г.Д. Горбунов. - М.: Сов.спорт, 2012. - 311 с.

15. Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. М.: ФиС, 2009. - 314 с.

16. Евсеев А.В., Симонов А.В. Педагогический контроль в мини-футболе: учеб.пособие / А.В.Евсеев, А.В.Симонов.- Екатеринбург: УрГУПС, 2010. - 68 с.

17. Жемчуг Ю.С. Секционная работа по мини-футболу / Ю.С. Жемчуг // Физическая культура в школе. - 2006. - № 2. - С. 59 - 60.

18. Железняк, Ю.Д., Минбулатов, В.М. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: учеб. пособие / Ю.Д. Железняк, В.М. Минбулатов. М.: Академия, 2004. – 272 с.

19. Зациорский, В. М. Основы спортивной метрологии / В. М. Зациорский. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 258 с.

20. Зиновьев, В.А. Особенности педагогической деятельности тренера-педагога по футболу. / В. А. Зиновьев. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - № 2. - С. 37-41

21. Корягин В.М. Оценка физической работоспособности футболистов разной квалификации. Футбол / В.М. Корягин, И.Г. Фалес. - М., 1981. – С. 72-74.

22. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010. – 76 с.

23. Лисенчук, Г.А. Управление подготовкой футболистов / Г.А. Лисенчук. – Киев: «Олимпийская литература, 2003. – 271 с.

24. Лалаков, Г. С. Структура и содержание тренировочных нагрузок у футболистов различного возраста и квалификации / Г.С. Лалаков: монография. - Омск: СибГАФК, 2000. - 84 с.

25. Лапшин, О.Б., Василюс А., Янчаускас Э. Подготовка юных футболистов.- Вильнюс, 1987. – 212 с.

26. Лапшин, О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов / О.Б.Лапшин.- М.: Человек, 2014.- 176 с.

27. Лисенчук, Г. А. Управление подготовкой футболистов: монография / Г.А. Лисенчук. - Киев: «Олимпийская литература, 2003. - 271 с. 21.

28. Лобановский В.В., Техничко-тактические действия футболистов / В.В. Лобановский, Е.А. Разумовский. - М.: Физкультура и спорт, 2013. - 245 с.

29. Максименко, И. Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх / И.Г. Максименко. - Луганск: Знание, 2000. -276 с. 23.

30. Монаков, Г. В. Подготовка футболистов. Теория и практика / Г.В. Монаков. - 2-е изд., стереотип. - М.: Советский спорт, 2007. - 288 с.

31. Можаяев Э.Д. Футбол: содержание и методика преподавания (издание второе, дополнительное): Учебное пособие – Казань: Центр инновационных технологий, 2004. - С. 68 -72.

32. Морозов Г.В. Подготовка футболистов. Теория и практика / Г.В. Монаков. — М.: Советский спорт, 2010. - 288 с.

33. Наумец Е.А. Физическая подготовка спортсменов, специализирующихся в мини-футболе // Физическое воспитание студентов. - 2010. - №5. - С. 50 - 53.

34. Новокщенов И. Н. Специальная физическая подготовка футболистов различных игровых амплуа на

- этапе спортивного совершенствования: дис. канд. пед. наук / И. Н. Новокщенов. – Волгоград, 2003 г. – 151 с.
35. Новокщенов, И.Н. Особенности подготовки футболистов в подготовительном периоде в зависимости от игровой специализации /А.П. Герасименко, А.И. Шамардин. – Волгоград: ВГАФК, 2006. – 138 с.
36. Озолин Н.Г. Современная система спортивной тренировки / Н.Г.Озолин - М.: Физкультура и спорт, - 2009. - 280 с.
37. Петухов А.В. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения / А.В. Петухов. – М.: Советский спорт, 2006. – 232 с.
38. Развитие физических качеств футболистов: методическое пособие для тренеров по футболу / З.М. Хромаев, Е.В. Мурзин, А.В. Обухов, С.Г. Защук. – К.: Пресса Украины, 2006. – 112 с.
39. Романенко А. Н., Джус О. Н., Догадин М. Е. Книга тренера по футболу. - Киев: Здоровье, 2008. - 252 с.
40. Ротов Е.П., Ротова Е.В., Семенов Л.А. Особенности технической подготовленности студентов футболистов первого и второго курса // Научное сообщество студентов: междисциплинарные исследования: сб. ст. по мат. XIII междунар. студ. науч.-практ. конф. № 2 (13). – С. 17 – 21.
41. Султонов Б. А., Соатов Ш. Г. Значение учебно-тренировочного процесса в футболе // Молодой ученый. — 2016. — №10. — С. 452-453.
42. Смирнов, А.А. Мини-футбол в вузе / Смирнов А.А. М.: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2007.- 60 с.
43. Теория и методика футбола: учебник / под.общ. ред. В.П. Губы и А.В. Лексакова. – М.: «Спорт», 2015. – 568 с.
44. Терян В.Г. «Программирование содержания занятий по футболу для учебно-тренировочных групп юных футболисток» - М.: ФиС, 2015.
45. Тюленков С.Ю. Футбол в зале: система подготовки / С.Ю. Тюленков, А.А. Федоров. – М.: Терра-спорт, 2000. – 102 с.
46. Физическая культура: учебное пособие / Е.С. Григорович [и др.]. Минск: Вышэйшая школа, 2014.- 351 с
47. Чубур А.И. Упражнения для совершенствования техники игры в футбол // Физическая культура. Все для учителя. – 2016 - №5-6. – С.42 – 46.
48. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 480 с.
49. Чирва, Б. Г. Концепция технической и тактической подготовки футболистов / Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ: Дивизион, 2008. - 336 с.
50. Шамардин, А. И. Оптимизация функциональной подготовленности футболистов: монография / А.И. Шамардин. - Волгоград, 2000. - 276 с.
51. Швыков, И.А., Сучилин А.А., Андреев С.Н., Буйлин Ю.Ф., Исмаилов А.И., Лапшин О.Б. ФУТБОЛ – поурочная программа для юных футболистов СДЮШОР И ДЮСШ – М «Терра-Спорт», 2000. – 36 с.
52. Шамардин А.А. Комплексная функциональная подготовка юных футболистов. Саратов: Научная Книга. 2014. - С. 23 -27.
53. Швыков, И.А. Футбол в школе: учеб. пособие / И.А. Швыков. – М.: Терра – Спорт, Олимпия пресс, 2002. – 144 с.
54. Шпак В.Г. Обучение элементам футбола в школе // Физическая культура и здоровье. 2003. №2. - С. 19-20.
55. Энцо Сассо. Футбольный тренер М «Терра-Спорт», «Олимпия-Пресс», 2003. – 246 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/113263>