

2. Shamardina G.M. Noviy pídkhíd do rozglyadu strukturi fizichnoï kul'turi /G.M.Shamardina, N.G.Dolbisheva // Teoríya í metodika fizichnogo vikhovannya í sportu. – 2002. – №2. – S. 14-16.
3. Teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury / Pod. red. YU.F. Kuramshina. – M.: Sovetskiy sport, 2003. – S. 201-205.
4. Shamardina G.N. Osnovy teorii i metodiki fizicheskogo vospitaniya/ G.N.Shamardina. – Dnepropetrovsk: Porogi, 2003. – S. 307-312.
5. Kholodov Z.K. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta / Z.K.Kholodov, V.S.Kuznetsov. – M. : Akademiya, 2002. – S.213 – 219.

УДК 371.31

ЄДНІСТЬ НАВЧАННЯ РУХОВИМ ДІЯМ ТА РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ 6-9 РОКІВ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ

Куценко О. В.

*08401, Переяслав-Хмельницький ДПУ ім. Г.С. Сковороди, вул. Сухомлинського, 30,
Київська обл., Україна*

Alex_413@ukr.net

Досліджено особливості викладання предмета “Фізична культура” в початкових класах. Доведено, що урок фізичної культури в школі як основна форма фізичного виховання, забезпечує активні рухи, необхідні для повноцінного функціонування організму дітей, які не беруть участі у відвідуванні спортивних секцій. З’ясовано, що урок фізичної культури мусить зацікавити та залучити всіх учнів до навчально-виховного процесу і при цьому мати оздоровчий характер. Для того щоб виконати ці вимоги, потрібно використати фізичні вправи, які потребують у тих, хто бере участь, підтримувати оптимальну інтенсивність та регулюватимуть тривалість. Розглянуто шляхи підвищення ефективності фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку засобами футболу. Саме додатковий урок футболу, який упроваджено в практику фізичного виховання школярів, частково вирішує питання оптимізації фізичного виховання молодших школярів. Доведено, що зараз при проведенні уроків футболу в школі, процес навчання вимагає високого інтелектуального та нервово-емоційного навантаження, а також мінімальної рухової активності. Це проблемне питання є особливо актуальним для дітей віком 6-9 років. Коли дитина переходить до початкової школи із дитячого садка, її спосіб життя змінюється. Разом з цим підвищується частота захворюваності, тону м’язів знижується, послаблюється фізична працездатність, що призводить до погіршення їхньої успішності. Розглянуто специфіку організації занять із фізичного виховання учнів молодших класів; методи формування усвідомленої потреби у фізичному розвитку; основні моменти педагогічного керівництва пізнавальною діяльністю та мотивації до саморозвитку.

Ключові слова: рухові навички, розвиток фізичних здібностей, заняття футболом, тренування, молодший шкільний вік, спорт.

ЕДИНСТВО ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ И РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ 6-9 ЛЕТ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ ФУТБОЛОМ

Куценко О. В.

*08401, Переяслав-Хмельницький ГПУ ім. Г. Сковороди, ул. Сухомлинского, 30
Киевская обл., Украина*

Alex_413@ukr.net

Исследованы особенности преподавания предмета «Физическая культура» в начальных классах. Доказано, что урок физической культуры в школе как основная форма физического воспитания обеспечивает активные движения, необходимые для полноценного функционирования организма детей, которые не принимают участия в посещениях спортивных секций. Выяснено, что урок физической культуры должен заинтересовать и

привлечь всех учащихся в учебно-воспитательный процесс и при этом иметь оздоровительный характер. Для того чтобы выполнить эти требования, нужно использовать физические упражнения, требующие принимающих участие, поддерживать оптимальную интенсивность и регулировать продолжительность. Рассмотрены пути повышения эффективности физического воспитания детей младшего школьного возраста средствами футбола. Именно дополнительный урок футбола, который внедрен в практику физического воспитания школьников, частично решает вопрос оптимизации физического воспитания младших школьников. Доказано, что в настоящее время при проведении уроков футбола в школе процесс обучения требует высокой интеллектуальной и нервно-эмоциональной нагрузки, при этом минимальной двигательной активности. Этот проблемный вопрос особенно актуален для детей в возрасте 6-9 лет. Когда ребенок переходит в начальную школу из детского сада, то его образ жизни меняется. Вместе с этим повышается частота заболеваемости, тонус мышц снижается, ослабляется физическая работоспособность, что приводит к ухудшению успеваемости. Рассмотрена специфика организации занятий по физическому воспитанию учащихся младших классов; методы формирования осознанной потребности в физическом развитии; основные моменты педагогического руководства познавательной деятельностью и мотивации к саморазвитию.

Ключевые слова: двигательные навыки, развитие физических способностей, занятия футболом, тренировки, младший школьный возраст, спорт.

UNITY TEACHING MOTOR ACTIONS AND DEVELOPMENT OF PHYSICAL ABILITIES OF CHILDREN 6-9 YEARS WHILE PLAYING FOOTBALL

Kutsenko A.

*08401, Pereyaslav-Khmelnytsky state pedagogical university,
Sukhomlynsk str., 30, Kiev region, Ukraine*

Alex_413@ukr.net

The peculiarities of teaching the subject «Physical Culture» in the elementary grades. It is proved that physical education class at school as the main form of physical education, provides the active movement, necessary for normal functioning of an organism of children, do not participate in the visit sports sections. It was found that physical education class should interest and engage all students in the educational process and thus to carry a health character for students. In order to meet these requirements, you must use physical exercises, requiring one of the participating entities, to maintain the optimum intensity and adjust the length. The ways to improve the efficiency of physical training of children of primary school age football means. It is an additional lesson of football, which is rooted in the practice of physical education in schools, partly solves the problem of optimization of physical education of younger schoolchildren. It is proved that at the present time during the football lessons at school, the learning process requires high mental and neuro-emotional load with a minimum of physical activity, this is a problematic issue is especially important case of children aged 6-9 years. When a child goes to primary school from kindergarten, her life changed. Along with this increased incidence frequency, muscle tone decreases weakened physical performance, which leads to deterioration of performance. The specificity of the organization of physical education classes in junior classes; methods of forming a conscious need for physical development; highlights a pedagogical management of cognitive activity and motivation for self-development.

Key words: motor skills, development of physical abilities, playing football, training, primary school age, sport.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ

Фізична культура та виховання завжди були актуальними завданнями в процесі навчання. Кожен шкільний вік має свої особливості, котрі позначаються на динаміці розвитку здібностей та формуванні стійкого бажання займатися спортом, досягати певних спортивних результатів. У молодшому шкільному віці в дітей відбувається становлення особистого інтересу та окреслення схильності до певних видів фізичної активності. Початок цього процесу є передумовою раціональної фізкультурно-спортивної орієнтації дітей у виборі для кожного з них оптимального шляху фізичного вдосконалення.

У зв'язку з цим не припиняються спроби науковців щодо оптимізації процесу фізичного виховання. На нашу думку, рішенням є посилення компонента спільності навчання руховим діям та фізичної підготовленості. У цьому ключі актуальними є такі завдання: а) формування позитивно-активного ставлення до фізичної культури; б) забезпечення ефективності засвоєння базових елементів та футболу; в) поліпшення фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку.

ОГЛЯД ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

Проблема оптимізації фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку є порівняно широко дослідженою темою у вітчизняній та зарубіжній науковій літературі. Зокрема, серед українських науковців суттєвий вклад в теорію та практику навчального процесу здійснили Л. В. Волков, Е. С. Вільчковський, А. В. Дулібський, Є. В. Столітенко, Б. М. Шиян, В. В. Шутько та багато інших. Віддаючи належне внеску попередників відзначимо, що досить часто практика базується на диференційованому застосуванні методик: акцент перебуває або на розвитку рухових дій, або на фізичній підготовці. Тож подальших досліджень потребує вирішення практичної проблеми оптимального поєднання навчання руховим діям та розвитку фізичних здібностей у дітей молодшого шкільного віку під час занять футболом.

Мета статті полягає у вивченні теоретико-методологічних засад оптимального поєднання навчання руховим діям та розвитку фізичних здібностей у дітей молодшого шкільного віку на заняттях із футболу.

ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ

Як відомо, навчання в процесі фізичного виховання забезпечує одну з його сторін – фізичну освіту, під якою розуміється «системне освоєння людиною раціональних способів управління своїми рухами, придбання таким шляхом необхідного в житті фонду рухових умінь, навичок і пов'язаних з ними знань» [3, с. 93]. Тож навчання руховим навичкам є одним із головних завдань фізичного виховання.

Навчання руховим діям переслідує мету розвитку здатності керувати своїми рухами, а також мету пізнання закономірностей рухів свого тіла. Крім того, навчання правильному виконанню певних рухів є основою для опанування вправ для поліпшення фізичного розвитку.

Логічною послідовністю фізичного розвитку людини є: опанування руховою дією, набуття вміння її правильно виконувати, формування навички із поступовим поглибленням та вдосконаленням. Тож категорії “вміння” та “навички” відрізняються одна від одної, головним чином, у глибині усвідомлення людиною тієї чи іншої рухової діяльності.

Як свідчить дослідження Л. В. Волкова [2], рухові вміння забезпечують достатній рівень оволодіння руховою дією, за якого управління рухами здійснюється за активного включення у процес мислення людини. Основними передумовами набуття вміння є:

- наявність знань про рухову дію;
- достатній рівень фізичної підготовки.

До числа основних ознак рухового вміння відносяться:

- довільне управління рухами, яке полягає щоразу в активному включенні мислення в процес виконання;
- здійснення постійного самоконтролю за правильністю виконання рухової дії;
- нестабільність результатів рухової дії.

Значення навчання руховим діям в програмі фізичного виховання є різним. З одного боку, навчання продовжується до формування вмінь та навичок, якщо ця необхідність продиктована потребою в досконалому опануванні техніки рухової дії. З іншого боку, рухові дії можуть выдыгравати лише допоміжну роль для формування вмінь та навичок в іншому виді діяльності, або ж для опанування вправ для підвищення рівня фізичної підготовки. Так чи інакше, навчання руховим діям та вмінням має значну освітню цінність, оскільки спонукає до активного творчого мислення, спрямованого на аналіз і синтез рухів, що своєю чергою, сприяє формуванню стійкої зацікавленості особи в обраному виді спорту [1; 3].

Тісний зв'язок між навчанням руховим діям та фізичним розвитком є основою побудови методичних програм. Зокрема, програма загальноосвітньої підготовки учнів 1–3 класів [7, с.

103-117] висуває певні вимоги до технічних та фізичних якостей школярів. Зокрема, у секторі фізичної підготовки учень повинен виконувати організовуючі та загальнорозвиваючі вправи; ходьбу; бігові, стрибкові, акробатичні вправи; вправи для формування правильної постави; вправи для координації рухів; вправи для розвитку м'язів стопи; брати участь у рухливих іграх, зміст яких ускладнюється з кожним наступним навчальним роком.

Технічна підготовка у 1-му класі в навчанні футболу передбачає опанування учнем базових рухових дій: пересування, бігу зі зміною напрямку та швидкості руху. Крім того, передбачається опанування базових технічних елементів роботи з м'ячем: вміння наносити удари внутрішньою стороною стопи по нерухомому м'ячу, ударів після зупинки та ведення м'яча; вміння зупиняти м'яч, що котиться та опускається; вміння вести м'яча носком.

У 2-му класі техніка рухових дій ускладнюється та урізноманітнюється, зокрема, учні навчаються бігу зі зміною напрямку та швидкістю руху, стрибковим поштовхам обох ніг, поворотам переступанням на місці та в русі, вивчають нові та удосконалюють освоєні техніки ударів по м'ячу.

Поєднання фізичної та технічної підготовки дозволяє ввести в процес тактичну підготовку, в якому поєднуються здобуті учнем якості та вміння, зокрема, у виконанні індивідуальних дій без м'яча: «відкривання» і «закривання» гравця, вивчення технічних прийомів гри, моделювання ігрових ситуацій, взаємодію з партнерами в грі та ін.

У 3-му класі фізична підготовка доповнюється проведенням естафет з елементами бігу і стрибків, естафет з елементами футболу. У технічній підготовці удосконалюються вже вивчені рухові дії та вивчаються нові, зокрема: біг приставним кроком; зупинки випадом і стрибком; стрибки з розбігу; біг зі стрибками, зупинками, поворотами; техніки зупинки, ведення, відбирання, вкидання м'яча та ударів по м'ячу тощо. Опанування нових рухових дій є основою для ускладнення тактичної підготовки, в якій учні навчаються «відкриватися» та «закриватися» з метою отримання м'яча, передавати м'яч в ноги і на удар партнеру, вивчають технічні прийоми у грі, найпростіші комбінації під час початкового, кутового ударів та вкидання м'яча з-за бічної лінії та ін. [4; 9].

Усе вищенаведене вказує на те, що успішність в опануванні технічних та тактичних прийомів гри, ефективність та раціональність поведінки учня в грі залежать від фізичної підготовленості та опанування ним основних рухових дій. Тому забезпечення єдності цих компонентів під час занять з футболом як передумова підвищення ефективності навчання є важливою науково-практичною проблемою. Підхід до її вирішення має враховувати психофізіологічні особливості молодшого шкільного віку, опиратися на ефективні методики технічної, фізичної та тактичної підготовки, стимулювання до самостійних занять та пізнавальної діяльності.

Побудова плану навчання руховим діям та фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку має відбуватися з урахуванням вікових особливостей учнів. Внаслідок швидкого розвитку більшості рухових здібностей та функціональних систем організму цей вік супроводжується інтенсивним розвитком таких фізичних якостей, як спритність та швидкість; крім того, необхідно зважати на те, що саме у віці 6-9 років формуються життєво важливі рухові дії. Тому основою фізичного виховання (особливо у першому класі) стає розвиток основних рухових дій через рухливі та народні ігри [10]. Упродовж навчального процесу за дітьми молодшого шкільного віку спостерігається розвиток результативності фізичних вправ, підвищеної координаційної складності з видів спорту, які входять до навчальної програми. Крім того, у цьому ж віці інтенсивно розвивається біодинаміка рухів – закладаються основи культури рухів, успішно освоюються нові, раніше не відомі вправи і дії, фізкультурні знання, тож його слід розглядати як один із найсприятливіших та найважливіших періодів життя для розвитку координаційних та рухових вмінь.

Здібності дітей молодшого шкільного віку до освоєння техніки рухів настільки великі, що багато нових рухових вмінь набуваються ними без спеціального інструктажу. Ритмічний та силовий спосіб руху вони сприймають, в першу чергу, через відчуття та загальні враження; усвідомлене вивчення деталей техніки має значно меншу ефективність. Ця вікова особливість виявляється в тому, що учні майже без допомоги тренера здатні вивчити нові технічні та тактичні прийоми гри – лише спостерігаючи за прикладом їх виконання. Фізіологічною передумовою ефективності опанування рухових дій та розвитку фізичних якостей дітей у процесі навчання футболу є їх потреба в інтенсивній руховій діяльності.

Важливим чинником ефективності навчання руховим діям під час занять футболом є усвідомлення потреби в цьому. Психологічною передумовою її формування є активний перебіг процесу становлення особистості, прагнення здобути самостійність, самоствердитись. Надання цим процесам визначеного напрямку – за допомогою нових знань, навчання руховим діям, виконання індивідуальних завдань з футболу – є основою для стійкого прагнення до фізичного вдосконалення, оскільки нові знання та нові досягнення стимулюють до подальшого розвитку.

Заняття футболом мають не лише навчати учня новим руховим діям та фізичним вправам, але й сприяти усвідомленню їх впливу на розвиток організму. Ці знання спонукатимуть їх до самостійного виконання вправ, забезпечуючи при цьому здійснення ним самоконтролю та самоаналізу.

Мотивація учнів та забезпечення їх систематичними знаннями з футболу є мостом, по якому відбудеться перехід від ситуативного до пасивно-позитивного ставлення до подальших тренувань та підвищення фізичної підготовленості. Основним джерелом виникнення мотиву та інтересу до рухової діяльності фізичного вдосконалення у школярів є, по-перше, природна потреба в рухах, по-друге, – потреба в розвагах, яка найкраще задовольняється під час занять рухливими і спортивними іграми, по-третє, потреба в пізнанні нових відчуттів. Правильне використання цих потреб забезпечує яскраве емоційне забарвлення процесу навчання [8].

Також необхідно відзначити, що важливе значення для підтримання інтересу до занять футболом мають якісні характеристики занять. До них відносяться: раціональне планування заняття (з огляду на інтереси та фізичний розвиток групи); вміле застосування методів і прийомів виховної роботи; заохочення; належне матеріально-технічне забезпечення обладнанням та інвентарем тощо.

Рушіями поглиблення усвідомленої потреби в руховій діяльності та фізичному вдосконаленні є позитивна самооцінка змін у своєму фізичному розвитку, переконання на власному досвіді в користі занять фізичними вправами.

Активна пізнавальна діяльність учнів є запорукою саморозвитку у футболі та фізичній культурі загалом. Педагогічне керівництво нею потребує участі вчителя з футболу (тренера) у формуванні вміння самостійно займатися футболом. Першим етапом на цьому шляху є моральна підготовка та мотивація учнів до занять, переконання їх у тому, що досягти позитивних змін у фізичній підготовленості можна лише через систематичні самотренування, що висока результативність гри потребує знань та вмінь, які слід постійно підтримувати та розвивати. Аргументи потрібно ілюструвати прикладом: для цього учням пропонується порівняти їх режим дня та рухову активність з результативністю у фізичній підготовці; закономірно, що докладання більших зусиль допомагає досягати кращого результату, тож учні наочно переконуються в необхідності регулярно виконувати фізичні вправи.

Другим етапом є набуття учнями необхідних знань та вмінь для самостійного виконання фізичних вправ, організації гри чи тренування окремих технічних елементів. Ключовим умінням для цього є правильна постановка кінцевої, проміжної та поточної мети; вміння планувати фізичне навантаження та зміст самостійних занять; здійснення самоконтролю за рівнем підготовленості.

Робота з формування кожного з цих умінь та опанування необхідних рухових дій проводиться поетапно і включає:

- знайомство дітей з системою вправ через їх демонстрацію, пояснення техніки та практичного значення;
- початкове вивчення техніки виконання вправ;
- поглиблене вивчення та закріплення знань про вправи та умови їх виконання під час самостійного заняття;
- самоконтроль за якістю техніки виконання вправ, впливу на самопочуття та розвиток фізичної підготовленості під час самостійних занять.

Важливе педагогічне значення має фіксація динаміки результативності учнів, які систематично займаються фізичними вправами. Акцентування уваги усієї групи на їхніх досягненнях, вичерпне та фахове пояснення причин є потужним стимулом до наполегливості в регулярних заняттях футболом.

У результаті систематичного навчання самостійній роботі на уроках футболу і постійної допомоги вчителя школярі поступово накопичують методичні знання з футболу. Вони необхідні для вирішення завдань, які вимагають творчого підходу. Одним з таких завдань є самостійне складання учнями на уроці комплексів вправ з раніше засвоєних рухів. Такі комплекси школярі готують як для себе, так і для своїх товаришів. Після цього кожен учень пояснює класу, чому він підібрав саме такі вправи, а потім виконує їх на оцінку. На наступних уроках учитель розподіляє учнів на пари, в результаті чого половина класу виконує придумані вправи, а інша – відмічає помилки. Вчитель також проводить спостереження за самостійною роботою школярів й при необхідності надає їм допомогу щодо виправлення помилок, аналізує їхні вправи. Така організація діяльності школярів на уроках футболу сприяє тому, що в них підвищується не лише рухова, але й пізнавальна творча активність. Вони стають зацікавленими в отриманні методичних знань та формуванні рухових умінь і навичок [7, с. 69].

ВИСНОВКИ

Отже, забезпечення єдності навчання руховим діям та занять із розвитку фізичної здібностей є важливою науковою проблемою, яку слід розглядати в методиці фізичного виховання взагалі, та занять з футболу, зокрема. Синергетичний ефект від їх вмілого поєднання слід оцінювати не лише за динамікою фізичних показників чи результативності дій у грі, але й за розвитком мислення школяра, якістю його безпосередньої участі у проведенні тренувань, командній та самостійній роботі. У зв'язку з цим, перспективи подальших досліджень вбачаємо в розвитку методів планування занять з футболу та оцінки результативності відповідно до розглянутого підходу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку / Е. С. Вільчковський. – Львів : ВНТЛ, 2008. – 336 с.
2. Волков Л.В. Спортивна підготовка молодших школярів / Л. В. Волков. – К. : Освіта України, 2010. – 338с.
3. Гелецкий В.М. Теория физической культуры и спорта : учебное пособие / В.М. Гелецкий. – Красноярск : ИПК СФУ, 2008. – 342 с.
4. Дмор С. Визначення оптимальних параметрів фізичних навантажень у річному циклі занять футболом молодших школярів / С. Дмор // Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – 2013. – №4. – С. 65-69.

5. Дулібський А. В. Техніко-тактична підготовка юних футболістів : метод. посіб / А.В. Дулібський, Й.Г. Фалес. – К. : [б.в.], 2001. – 61 с.
6. Жилін Є.І. Особливості навчання руховим діям школярів молодших класів на прикладі футболу / Є.І. Жилін // Теорія та методи фізичного виховання. – 2012. – №8. – С. 18–38.
7. Столітенко Є. В. Фізичне виховання учнів 1–11 класів у процесі занять футболом : посібник / Є. В. Столітенко. – К. : Федерація футболу України ; Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України ; Інститут проблем виховання Національної академії педагогічних наук України, 2011. – 297 с.
8. Худолій О. М. Оптимізація та управління процесу навчання руховим діям на уроках з футболу в 9 класах / О.М. Худолій, Л.С. Щипка // Теорія та методика фізичного виховання. – 2011. – №6. – С. 42–44.
9. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальний книга – Богдан, 2002. – 252 с.
10. Шутько В. В. Методика застосування рухливих ігор в початковій школі (за новою програмою) : методичні рекомендації / В.В. Шутько. – Кривий Ріг : ДНВЗ “КНУ” КП, 2014. – 47 с.

REFERENCES

1. Vil'chkovs'kyu E. S. Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya ditey molodshoho shkil'noho viku / E. S. Vil'chkovs'kyu. – L'viv : VNTL, 2008. – 336 s.
2. Volkov L. V. Sportyvna pidhotovka molodshykh shkolyariv / L. V. Volkov. – K. : Osvita Ukrainy, 2010. – 338s.
3. Heletskyu V. M. Teoryya fizycheskoy kul'tury u sporta : uchebnoe posobyе / V.M. Heletskyu. – Krasoyarsk : YPK SFU, 2008. – 342 s.
4. Dmor S. Vyznachennya optymal'nykh parametriv fizychnykh navantazhen' u richnomu tsykli zanyat' futbolom molodshykh shkolyariv // Fizychna kul'tura, fizyчне vykhovannya riznykh hrup naselelnya. – 2013. – №4. – S. 65-69.
5. Dulibs'kyu A. V. Tekhniko-taktychna pidhotovka yunych futbolistiv : metod. posib / A.V. Dulibs'kyu, Y.H. Fales. – K. : [b.v.], 2001. – 61 s.
6. Zhylin Ye.I. Osoblyvosti navchannya rukhovym diyam shkolyariv molodshykh klasiv na prykladi futbolu // Teoriya ta metody fizychnoho vykhovannya. – 2012. – №8. – S. 18-38.
7. Stolitenko Ye.V. Fizyчне vykhovannya uchniv 1-11 klasiv u protsesi zanyat' futbolom : posibnyk / Ye.V. Stolitenko. – K. : Federatsiya futbolu Ukrainy ; Ministerstvo osvity i nauky, molodi ta sportu Ukrainy ; Instytut problem vykhovannya Natsional'noyi akademiyi pedahohichnykh nauk Ukrainy, 2011. – 297 s.
8. Khudoliy O. M. Optymizatsiya ta upravlinnya protsesu navchannya rukhovym diyam na urokakh z futbolu v 9 klasakh / O.M. Khudoliy, L.S. Shchypka // Teoriya ta metodyka fizychnoho vykhovannya. – 2011. – №6. – S. 42-44.
9. Shyyan B. M. Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya shkolyariv / B. M. Shyyan. – Ternopil' : Navchal'nyy knyha – Bohdan, 2002. – 252 s.
10. Shut'ko V.V. Metodyka zastosuvannya rukhlyvykh ihor v pochatkoviy shkoli (za novoyu prohramoyu) : metodychni rekomendatsiyi / V.V. Shut'ko. – Kryvyi Rih : DNVZ “KNU” KPI, 2014. – 47 s.