

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Физкультурно-оздоровительный комплекс в г. Кулебаки НО»**

УТВЕРЖДЕНО:

На тренерском совете № 3

«14» ОКТЯБРЯ 2015г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ «ФОК в г. Кулебаки НО»:

  
Е.А. Лапочкин

«14» ОКТЯБРЯ 2015г.

**Дополнительная общеобразовательная  
программа-  
дополнительная общеразвивающая программа  
по футболу**

**Срок реализации программы – 1 год**

**Возраст с 6 лет**

**Составили тренеры:**

**Демкин С.В.**

**Докторов В.В.**

**Гавенко Р.В.**

г. Кулебаки

2015 г.

## Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Организационно-педагогические условия.....	7
3. Рабочая программа .....	13
4. Методические материалы.....	21

## **I. Пояснительная записка**

Программа разработана на основании статьи 2 п.9, статьи 75, статьи 12 Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Минобрнауки России от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка. Она обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Здесь каждый игрок часто работает с мячом и участвует в общих игровых действиях.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Дополнительная общеразвивающая программа по спортивной специализации «Футбол» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

В основу учебной программы заложены нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность ФОКов и основополагающие принципы спортивной подготовки юных спортсменов, результаты научных исследований и передовой спортивной практики.

**Направленность программы – физкультурно-спортивная.**

**Актуальность программы** состоит в том, что футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни.

**Цель программы:** Формирование здорового образа жизни, привлечение учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

## **Задачи программы:**

### **Образовательные:**

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

### **Развивающие:**

- укрепление здоровья;
- развитие физических качеств;
- повышение функциональных способностей.

### **Воспитательные:**

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

### **Планируемые результаты:**

- улучшение физических кондиций
- рост уровня развития физических качеств
- освоение основных приёмов и навыков игры в футбол
- приобретение теоретических знаний, как основ здорового образа жизни
- рост личностного развития ребёнка
- умение ребёнком оценивать свои достижения

## II. Организационно-педагогические условия

В учебно-тренировочном процессе могут принять участие все желающие. Основная задача – укрепление здоровья, физического развития и подготовленности занимающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники футбола в процессе систематических физкультурно-спортивных занятий.

В процессе подготовки юных футболистов их обучение и тренировка строится на основе взаимосвязанных дидактических принципов сознательности и активности, системности и постепенности, наглядности и доступности, индивидуализации.

Образовательная программа рассчитана на 46 недель – 276 часов занятий проходят непосредственно в условиях физкультурно-оздоровительного комплекса. Режим занятий – 3 раза в неделю, два академических часа по 45 минут. Годовой учебный план включает такие виды подготовки, как теоретическая подготовка, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, техническая подготовка, тактическая подготовка, игровая подготовка.

### Режим занятий

Таблица 1

<b>Возраст учащихся</b>	<b>Кол-во учащихся в учебной группе, чел.</b>	<b>Кол-во тренировочных занятий в неделю</b>	<b>Общий объем подготовки (час). Кол-во часов в неделю</b>
с 6 лет	15-30	3 3 тр. по 2/45 мин.	276/6

**Соотношение всех разделов подготовки юных футболистов  
учебно-тренировочного процесса, %**

Таблица 2

Общая физич.	Спец. физич.	Техни-ческая	Такти-ческая	Игровая	Всего
40	8	40	8	4	100

***Формы занятий:***

Все формы занятий проводятся на основе современной методики тренировки.

Основными формами учебно-тренировочной работы являются:

- Групповые теоретические и практические занятия по расписанию;
- Проведение восстановительно - профилактических мероприятий

***Ожидаемые результаты:***

По итогам обучения по программе в целом воспитанники

***Должны знать:***

1. Состояние и развитие футбола в России;
2. Правила техники безопасности;
3. Правила игры;
4. Терминологию футбола.

***Должны уметь:***

1. Выполнять ведение, передачу, прием мяча, нападающие удары по воротам;
2. Анализировать и оценивать игровую ситуацию;
3. Обладать тактикой атаки и обороны;

***Должны иметь навыки:***

1. Владеть техникой: точной передачи мяча партнеру, точного приема и нападающих ударов, выполнять финты, различных видов приемов и передачи мяча;
2. Применение индивидуальных действий как в атаке, так и в обороне;



3. Самостоятельно применять все виды перемещения, как с мячом, так и без мяча.
4. Владеть технической подготовкой игрока и вратаря.

### Учебный план

Таблица 3

<b>Наименование раздела</b>	<b>Количество часов</b>
Теоретическая подготовка	10
Общая физическая подготовка	106
Специальная физическая подготовка	18
Техническая подготовка	85
Тактическая подготовка	22
Игровая подготовка	35
<b>Всего часов за 46 недель</b>	<b>276</b>

### III. Рабочая программа

#### Раздел 1. Теоретическая подготовка

##### - Развитие футбола в России и за рубежом:

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок России, «Юность», чемпионаты Европы и мира). Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

##### - Терминология элементов футбола:

Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.

##### - Профилактика травматизма при занятиях футболом:

Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена.

Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности.

#### Раздел 2. Общая физическая подготовка

**Ходьба:** походным шагом, спиной вперед, на носках, на пятках, в полуприседе, в приседе, с выпадами, приставным шагом, скрестным шагом.

**Бег:** на короткие дистанции из различных стартовых положений, на средние дистанции, с преодолением различных препятствий, спиной вперед,

с высоким подниманием бедра, в равномерном темпе, с ускорениями, с изменением направления движения и т.д.

**Прыжки:** в длину, с места и разбега, на одной и двух ногах, со сменой положения ног, с одной ноги на другую, с поворотами, с вращением, через скакалку, через партнера, выпрыгивания на разные высоты и т.д.

**Гимнастические упражнения без предметов:** упражнения для мышц рук и плечевого пояса, туловища, ног, упражнения на расслабление, дыхательные упражнения, упражнения для формирования правильной осанки.

**Упражнения на гимнастических снарядах:** на шведской стенке.

**Подвижные игры и эстафеты:** с элементами бега, прыжков, кувырков, с сохранением равновесия, с предметами, элементами спортивных игр, комбинированные эстафеты.

**Спортивные игры:** баскетбол, волейбол - ознакомление с основными элементами техники и тактики игры, правилами соревнований, двусторонние игры.

### **Раздел 3. Специальная физическая подготовка**

#### ***Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.***

- Стойка игрока.
- Перемещения в стойке приставными шагами боком.
- Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.
- Ускорения, старты из различных положений.
- Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
- Бег «змейкой», «восьмеркой»
- Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.

#### ***Техника ударов по мячу и остановок мяча.***

- Удары по неподвижному и катящему мячу внутренней стороной и средней частью подъема.
- Удары по катящему мячу носком, серединой лба (по летящему мячу).

- Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.
- Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.
- Остановка мяча грудью.
- Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.
- Передача мяча партнеру.
- Ловля низколетящего мяча вратарем.

#### ***Техника ведения мяча.***

- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.
- Комбинации из основных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.

#### ***Техника защитных действий.***

- Зонная защита.
- Персональная защита.
- Смешанная защита.
- Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.
- Вырывание, отбивание, вбрасывание и выбивание мяча.
- Игра вратаря – при ловле низких и высоких мячей.
- Перехват мяча.

#### ***Тактика и техника игры.***

- Расстановка игроков на поле.

- Тактика свободного нападения.
- Тактические действия линий обороны и атаки:
  - а) индивидуальная тактика игрока;
  - б) коллективные тактические действия;
  - в) выбор места игрока;
  - г) создание численного перевеса при атаке;
  - д) отвлекающие действия игроков.
- Позиционное нападение без изменения позиций игроков.
- Позиционное нападение с изменением позиций игроков.
- Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.
- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.
- Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.
- Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, баскетбол).

#### ***Соревнования, правила соревнований.***

- Основные правила соревнований по футболу.
- Судейство игр.
- Эстафеты с элементами футбола.

### **Раздел 4. Техническая подготовка**

**Техника передвижения.** Бег обычный, спиной вперед скрестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, изменением направления и скорости. Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге, в стороны и назад, на месте и в движении. Остановки во время бега выпадом и прыжком.

**Удары по мячу ногами.** Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа или слева) мячу. Удары по прыгающему и

летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары внешней частью подъема. Выполнение ударов после остановки, рывков; ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота в ногу партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

**Удары по мячу головой.** Удары серединой лба без прыжка, в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота партнеру.

**Остановка мяча.** Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящего и опускающего мяча – на месте, в движении вперед и назад. Остановка внутренней стороной стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча. Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для следующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

**Ведение мяча.** Ведение внутренней и внешней частью подъема. Ведение правой и левой ногой по прямой и по кругу, а также меняя направление движения, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

**Обманные движения (финты).** Обманные движения «уход» (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо и влево). Обманные движения, уход выпадом и перенос ноги через мяч. Финты ударом ногой с убиранием мяча под себя и с пропуском мяча партнеру «ударом головой». Обманные движения «остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнером с пропуском мяча». Выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

**Отбор мяча.** Отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде (полушпагат и шпагат) и в подкате.

**Вбрасывание мяча.** Вбрасывание мяча из различных исходных положений с места и после разбега. Вбрасывание мяча на точность и дальность.

## **Раздел 5. Тактическая подготовка**

### Тактика нападения.

**Индивидуальные действия без мяча.** Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

**Индивидуальные действия с мячом.** Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

**Групповые действия:** Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую и среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывании мяча (не менее одной по каждой группе).

### Тактика защиты.

**Индивидуальные действия.** Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар по мячу или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

**Групповые действия.** Противодействие комбинаций «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинаций.

**Тактика игры вратаря.** Уметь выбрать позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот. Основная стойка вратаря. Перемещение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом, скачками. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону вратаря на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке, катящего и низко летящего навстречу и несколько в ворота мяча без падения и с падением. Ловля высоко летящего мяча и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места, на месте. Ловля летящего в сторону на уровне живота. Грудь мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной и двумя руками без прыжка и в прыжке; с места и разбега.

## **Раздел 6. Игровая подготовка.**

*Подвижные игры с элементами футбола.* Эстафеты с ведением, передачами мяча. Игры («салки», «бег кенгуру», «коршун и насадка», «защита крепости», «бег в квадрате», «салки вокруг стойки», «вызов номеров», «пятнашки»). Для проведения игр используется необходимый инвентарь: универсальное табло с бегущей строкой, ворота для гандбола, разборные, фишки, стойки волейбольные телескопические овальные, стойка волейбольная комплект, складная баскетбольная ферма, скакалки, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, стенка шведская.



#### **IV. Методические материалы**

Подготовка юного футболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой.

Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы включают: метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок.

Теоретический материал обычно дается в начале занятия. Новую тему, то или иное задание необходимо объяснять просто и доходчиво, обязательно закрепляя объяснения показом наглядного материала и показом приемов работы.

Практические занятия – основная форма работы с детьми, где умения закрепляются, в ходе повторения – совершенствуются и формируются навыки. Приобретенные умения и навыки используются воспитанниками в

соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий.

Постановка задач, выбор средств и методов обучения едины по отношению ко всем занимающимся при условии соблюдения требований индивидуального подхода и глубокого изучения особенностей каждого занимающегося. Особо внимательно выявлять индивидуальные особенности обучающихся необходимо при обучении технике и тактике игры, предъявляя при этом одинаковые требования в плане овладения основной структурой технического и тактического приема.

В ходе учебно-тренировочного занятия осуществляется работа сразу по нескольким видам подготовки. Занятие включает обязательно общую физическую подготовку, так же специальную физическую подготовку. На занятие может быть осуществлена работа по технической, тактической и морально-волевой подготовке юных спортсменов.

Разносторонняя физическая подготовка проводится на протяжении всего учебно-тренировочного процесса. Все упражнения делятся на общеразвивающие, подготовительные, подводящие и основные. Общеразвивающие и подготовительные упражнения направлены преимущественно на развитие функциональных особенностей организма, а подводящие и основные – на формирование технических навыков и тактических умений.

В процессе обучения техническим приемам используется сочетание метода целостного разучивания и разучивания по частям. Вначале технический прием изучают в целом, затем переходят к составным частям и заключение снова возвращаются к выполнению действия в целом. В процессе совершенствования техники происходит формирование тактических умений.

Распределение времени на все разделы работы осуществляется в соответствии с задачами каждого тренировочного занятия, в соответствии с этим происходит распределение учебного времени по видам подготовки при разработке текущего планирования.

### *Материальное обеспечение*

1. Заваров А.: Футбол. - СПб: Питер, 2010
2. Кузнецов А.А.: Футбол. Настольная книга детского тренера. - М.: Олимпия, Человек, 2010
3. Кузнецов А.А.: Футбол. Настольная книга детского тренера. - М.: Олимпия, Человек, 2010
4. Кузнецов А.А.: Футбол. Настольная книга детского тренера. - М.: Олимпия, Человек, 2010
5. Управление физической культуры и спорта Белгородской области, Белгородская региональная общественная организация "Федерация футбола" ; Сост.: А.Н. Подоляко и др. ; Отв. за вып.: К.А. Соколов, С.Ю. Калинин: Информационно-методический сборник для судей и инспекторов Белгородской области. - Белгород: ЦПФА, 2010
6. Управление физической культуры, спорта и туризма Белгородской области, Центр подготовки футбольных арбитров им. В.Г. Липатова ; Сост.: И.А. Руцкой и др.: Правила футбола в вопросах и ответах. - Белгород: ЦПФА, 2010
7. Управление физической культуры и спорта Белгородской области, Центр подготовки футбольных арбитров им. В.Г. Липатова; Сост.: А.Н. Подоляко и др.: Информационно-методический сборник для судей и инспекторов Белгородской области. - Белгород: ЦПФА, 2009
8. Антипов А.В.: Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе. - М.: Советский спорт, 2008
9. Кузнецов А.А.: Футбол. Настольная книга детского тренера. - М.: Олимпия, Человек, 2008
10. под ред.: Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова; рец.: С.Ю. Тюленьков, А.Я. Гомельский: Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства. - М.: Академия, 2008

11. Монаков Г.В.: Подготовка футболистов. - М.: Советский спорт, 2007
  12. Собянин Ф.И.: Физическая культура. Организация и проведение викторин в общеобразовательном учреждении. - М.: Дрофа, 2007
  13. Андреев С.Н.: Мини-футбол в школе. - М.: Советский спорт, 2006
  14. Петухов А.В.: Футбол. - М.: Советский спорт, 2006
  15. Петухов А.В.: Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения. - М.: Советский спорт, 2006
  16. Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова: Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. - М.: Академия, 2006
- Ю.Д. Железняк и др.; Под ред.: Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова; Рец.: С.Ю. Тюленьков, А.Я. Гомельский: Спортивные игры. - М.: Академия, 2006