

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

Администрация муниципального образования

"Муниципальный округ Каракулинский район УР"

МБОУ "Арзамасцевская СОШ"

РАССМОТРЕНО

на заседании педагогического
совета Протокол № 1

30.08.2024 года

УТВЕРЖДЕНО



Протокол директора
«Арзамасцевская СОШ»
Гаврикова Е.И.

14 от 30.08.2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Футбол»**

Автор (составитель): Уткин Леонид Леонидович, учитель физкультуры

Направленность программы: физкультурно- спортивная

Уровень программы: стартовый

Возраст детей, осваивающих программу : 10-15 лет

Срок реализации программы: 1 год

с. Арзамасцево 2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» (далее – Программа) является программой **физкультурно-спортивной направленности**.

Целью физического воспитания в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Программа создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

Футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

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.

Футбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много голов, в-третьих, каждый учащийся должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

Адресат программы.

По данной программе могут обучаться как мальчики, так и девочки.

Возраст 10-14 лет.

Актуальность программы.

Помимо своей физкультурно-спортивной направленности, футбол способствует развитию умственного мышления, формированию чувства коллективизма, улучшению овладения ключевыми компетенциями, направлен на рациональную организацию свободного времени учащихся.

Отличительные особенности программы.

Программа предоставляет возможности детям, имеющим различный уровень физической подготовки, приобщиться к активным занятиям футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе. Специфика спортивного объединения «Мини-футбол» заключается в направлении на воспитание навыков здорового образа жизни у детей, отказ от вредных привычек, укрепление здоровья и развитие морально – волевых качеств детей. Занятия по данному виду спорта способствуют воспитанию патриотизма, стремления к победе, самоорганизации детей.

Содержание программы направлено на постепенное и последовательное расширение теоретических знаний (правил игры) и практических умений и навыков. Учебно-тренировочный процесс направлен на качество овладения техническими и тактическими приемами, развитие уровня пространственно-временной и силовой дифференцировок движений, способности чувствовать пространство, время, усилия.

Разучивание и совершенствование тактико-технических действий футболиста гарантируют

постепенный рост физических нагрузок на высоком эмоциональном уровне. Различия и индивидуальные особенности детей раскрываются на тренировках по футболу и вызывают у детей стремление к взаимопомощи при освоении элементов техники футбола.

Новизна программы.

Новизна данной образовательной программы предполагает новое решение проблем дополнительного образования: увеличение охвата детей в свободное, в том числе каникулярное, время; вовлечение детей в спортивно-оздоровительную деятельность.

Уровень освоения программы – стартовый

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 1 год (108 академических часов).

Цель: всестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры учащегося через занятия мини-футболом.

Задачи.

Обучающие

изучение теоретических сведений о мини-футболе;

изучить технику безопасности и оказание первой доврачебной помощи при игре в мини-футбол;

ознакомление с культурой спортсмена (особенности питания, распорядок дня, гигиена);

ознакомление с технико-тактическими действиями и правилами игры в мини- футбол;

обучение общепринятым спортивным и футбольным терминам;

знакомство с судейской практикой;

обучение использованию в учебно-тренировочном процессе и на соревнованиях спортивную экипировку футболиста, необходимый спортивный инвентарь и оборудование.

Развивающие

приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, использования их в свободное время, выявление предрасположенности к данному виду спорта;

формирование умения оценивать правильность выполнения задания корректировать его после выявления ошибок;

развитие умения работать в команде (совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им, учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

формирование умения применять приобретённые навыки правильного взаимодействия и коммуникации в социальной среде

Воспитательные

укрепление здоровья обучающихся объединения и закаливание организма, содействие всестороннему гармоничному физическому развитию;

формирование представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности;

воспитание моральных и волевых качеств;

воспитание дисциплинированности;

воспитание доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости;

формирование правильного отношения к конструктивной критике и позитивное отношение к спортивным достижениям в коллективе.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Правила по технике безопасности.	2	1	1	опрос
2.	Техники передвижения, остановок, поворотов и стоек	20	2	22	Тестирование
3.	Техника ударов, передач и остановок мяча	20	2	18	Тестирование
4.	Техника ведения мяча	18	2	16	Тестирование
5.	Техника защитных действий	16	2	14	Тестирование
6.	Тактика и техника игры	10	2	8	Тестирование

7.	Учебно-тренировочные игры	28		20	Соревнования
8.	Общая физическая подготовка	8		10	Тестирование
9.	Специальная физическая подготовка	6		6	Тестирование
10.	Итоговое занятие.	2		2	Итоговая игра
	Итого:	108	11	97	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Вводное занятие.

Теория. История возникновения и развития футбола. Основные правила игры в мини- футбол. Правила техники безопасности. Правила личной гигиены. Требования, предъявляемые к форме, оборудованию и спортивному инвентарю.

Практика. Подвижные игры на командообразование.

Форма контроля. Устный опрос.

Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек.

Теория. Стойки игрока. Техника игровых приемов и действий. Виды стартов. Основные элементы технических передвижений.

Практика. Перемещение в стойке приставными шагами боком, спиной вперед, ускорения.

Старты из различных положений: низкий старт, из положения сидя, из положения сидя спиной вперед, с кувырком, с быстрой работой ног, после прыжков на месте. Выполнение комбинации из освоенных элементов техники передвижений: перемещения, остановки, повороты, ускорения.

Форма контроля. Тестирование.

Техника ударов, передач и остановок мяча.

Теория. Техника игровых приемов и действий. Способы постановки ноги при ударе, передаче и остановке мяча, головы при ударе, прием мяча грудью без сопротивления защитников.

Практика. Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы, средней, внутренней и внешней частью подъема, внешней стороной стопы, носком. Ввод мяча из-за боковой линии.

Удары по катящемуся мячу внутренней стороной стопы, средней, внутренней и внешней частью подъема, внешней стороной стопы, носком. Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мяча в цель. Удары головой. Выполнение квадратов 4:1, 4:2, 5:1, 5:2 в три касания. Отработка передач: в парах, в тройках. Остановка мяча в воздухе ногой и грудью.

Форма контроля. Тестирование.

Техника ведения мяча.

Теория. Техника ведения мяча со сменой направления и скорости ведения. Постановка ноги при ведении мяча. Положение тела при ведении мяча.

Практика. Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.

Постановка ног при ведении мяча: внешней стороны стопы, внутренней, подъемом, подошвой.

Выполнение комбинаций из освоенных элементов: ведение, с последующим ударом, с последующей передачей, с последующей остановкой.

Отработка техники постановки положения тела при владении мячом: с отклонением в сторону, с отклонением назад, «нырок» вперед.

Форма контроля. Тестирование.

Техника защитных действий.

Теория. Основные действия защитников. Постановка ног при отборе, движении и подкатах. Тактические действия при отборе мяча. Техника и тактика игры вратаря.

Практика. Выполнение основных действий защитников: отбор мяча без движения лицом к сопернику, у стоящего соперника, у бегущего соперника.

Постановка ног защитника: ноги согнуты в коленях вместе, одна нога выдвинута вперед, выполнение подкатов.

Выполнение тактических действий при отборе мяча: движение спиной назад лицом к сопернику с отбором мяча. Выполнение комбинаций из освоенных элементов: отбор мяча с дальнейшей передачей, с дальнейшим ударом по воротам.

Отработка вратарской техники: постановка рук, ног при приеме летящего мяча, катящегося мяча, прыжок в сторону с отбиванием мяча в сторону, вынос мяча от ворот. **Форма контроля.** Тестирование.

Тактика игры.

Теория. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков.

Разбор тактических схем на игровом планшете. Разбор взаимодействия вратаря и защитников.

Практика. Выполнение тактики свободного нападения: нападение в игровых занятиях 3:1, 3:2, 2:1 с атакой и без атаки на ворота.

Выполнение тактики позиционного нападения: нападение в игровых занятиях 3:3, 2:2, 4:4, с атакой и без атаки на воротах. Игры на удержание мяча с заданиями: без нейтрального, с нейтральным, с несколькими нейтральными, ручной мяч. Двусторонние игры.

Форма контроля. Тестирование.

Учебно-тренировочные игры

Теория. Правила техники безопасности. Анализ. Разбор технико-тактических действий и ошибок.

Практика. Проведение соревнований различного уровня. Товарищеские встречи.

Форма контроля. Соревнование

Общая физическая подготовка.

Теория. Влияние физической подготовки на организм человека. Комплекс упражнений на развитие скоростно-силовых качеств, координации движений, ловкости. Правила по технике безопасности.

Практика. Выполнение упражнений на развитие скоростных качеств: бег на скорость, бег на выносливость (1 км), непрерывный бег с чередованием скорости, бег «змейкой», «восьмеркой», «челночный бег». Бег и ходьба спиной вперед в максимальном темпе, по прямой, с поворотами на 180 и 360 градусов.

Выполнение упражнений на силу: приседания, отжимания, подтягивание, выпрыгивание с подтягиванием коленей.

Форма контроля. Тестирование.

Специальная физическая подготовка.

Теория. Влияние специальной физической подготовки на организм человека. Комплекс упражнений на развитие мышц, туловища, плечевого пояса. Правила по технике безопасности.

Практика. Выполнение специальных физических упражнений:

на растяжку мышц нижних конечностей, верхнего плечевого пояса, туловища.

Для нижних конечностей: маховые движения ногами, наклоны с широко стоящими ногами, наклоны вперед в упоре сидя. Прыжки на скакалке: одиночные, в парах.

«Много скоки» через препятствия, прыжки в длину. Ведение набивного мяча наскоро.

Для верхнего плечевого пояса: маховые движения руками, наклоны вперед из положения стоя с утяжелителями для рук.

Для туловища: из положения стоя наклоны вперед - назад, из положения сидя на полу наклоны вперед, из положения сидя на полу поднимание ягодиц, прогиб назад. Акробатические упражнения на матах: кувырки, прыжки, группировка тела.

Форма контроля. Тестирование.

Итоговое занятие.

Практика. Подведение итогов. Награждение. Индивидуальные рекомендации. Учебно-тренировочная игра.

Форма контроля. Итоговая игра.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные:

укрепление здоровья обучающихся объединения и закаливание организма, содействие всестороннему гармоничному физическому развитию;

сформированность представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности;

сформированность моральных и волевых качеств;

дисциплинированность;

доброжелательного отношения к товарищам, честность, отзывчивость, смелость;

правильное отношение к конструктивной критике и позитивное отношение к спортивным достижениям в коллективе.

Метапредметные:

Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, использования их в свободное время;

умение оценивать правильность выполнения задания и корректировать его после выявления ошибок;

умение работать в команде (совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им, учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

умение применять приобретённые навыки правильного взаимодействия и коммуникации в социальной среде

Предметные:

Знать теоретические сведения о мини-футболе (историю развития Советского, Российского, мирового футбола и особенности становления мини-футбола в мире и России);

знать технику безопасности и оказание первой доврачебной помощи при игре в мини-футбол;

знать культуру спортсмена (особенности питания, распорядок дня, гигиена);

знание технико-тактических действий и правил игры в мини-футбол;

знание общепринятых спортивных и футбольных терминов;

формирование представлений о судейской практике;

умение использовать в учебно-тренировочном процессе и на соревнованиях спортивную экипировку футболиста, необходимый спортивный инвентарь и оборудование.

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
на 2024-2025 учебный год**

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	02.09.2024	26.05.2025	36	108	3 раза в неделю

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Язык реализации программы: русский

Форма обучения: очная

Особенности реализации программы:

Особенностью программы является реализация ее воспитательного потенциала. В программу включены мероприятия:

Направленные на развитие гражданской активности мероприятия для социума, выступления;

Направленные на здоровье сбережение учащихся беседы о гигиене, о ЗОЖ, приглашение специалистов для бесед, тренинг по ЗОЖ;

Направленные на профориентацию беседы о профессиях, связанных с направленностью программы, приглашение специалистов.

работа с родителями в рамках реализации ДОП

организация массовых мероприятий

Условия набора в коллектив: Зачисление учащихся в объединение производится по желанию учащегося вне зависимости от его способностей, уровня физического развития на основании заявления родителей (законных представителей) и при наличии медицинской справки, разрешающей обучающемуся заниматься данным видом деятельности.

При наличии организационно-педагогических условий возможен добор обучающихся в группу в течение учебного года.

Критериями отбора являются: физические данные, способность к координации, выполнение технических элементов по данному виду спорта. В ходе просмотра заполняется диагностическая карта «Определение уровня развития физических и технических качеств учащихся», где фиксируются данные каждого ребенка.

Условия формирования групп:

Группа формируется разновозрастная. Возможен дополнительный набор учащихся по итогам индивидуального просмотра и выявления уровня подготовки в соответствии с требованиями обучения по данной программе.

Количество обучающихся в группе

Списочный состав групп формируется с учетом вида деятельности, санитарных норм, особенностей реализации программы.

По норме наполняемости: 12 человек. Норма наполняемости может быть снижена в связи с

материально-техническим оснащением.

Особенности организации образовательного процесса: Дополнительная общеобразовательная программа «Мини-футбол» построена с учетом принципа преемственности с основной образовательной программой общего среднего образования по физической культуре.

Вид спорта Мини-футбол. Она призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

создавать эмоционально значимую среду для развития ребёнка и переживания им

«ситуации успеха»;

способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;

выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития детей в условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Ведущими ценностными приоритетами программы являются: демократизация учебно-воспитательного процесса; формирование здорового образа жизни; саморазвитие личности; создание условий для педагогического творчества; поиск, поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике. Большинство практических занятий проводится в спортивном зале. Изучение теоретического материала осуществляется в форме бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия), беседы могут быть проведены в течение игрового момента или проведено самостоятельное теоретическое занятие.

В групповых занятиях занимающиеся выполняют задание при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном.

Формы организации занятий

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике. Большинство практических занятий проводится в спортивном зале. Изучение теоретического материала осуществляется в форме бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия), беседы могут быть проведены в течении игрового момента или проведено самостоятельное теоретическое занятие.

Основными формами обучения игры мини-футбол являются: групповые занятия, которые отвечают характеру игры в волейбол, предусматривают повышенное требование взаимодействия между игроками, необходимость решения коллективных задач, а также тестирование, участие в соревнованиях и инструкторская и судейская практика.

Формы проведения занятий

Основными формами обучения игры мини-футбол являются: групповые занятия, которые отвечают характеру игры в волейбол, предусматривают повышенное требование взаимодействия между игроками, необходимость решения коллективных задач, а также тестирование, участие в соревнованиях и инструкторская и судейская практика.

Материально-техническое оснащение программы

спортивный зал;

мячи футбольные 6 шт.;

футбольные ворота - 2 шт.;

набивные мячи 1кг – 5шт;

гимнастические скамейки - 6 шт.;

маты гимнастические - 10 шт.;

скакалки - 15 шт.;

секундомер - 1 шт.;

свисток - 1 шт.;

раздевалки – 2.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Итоговый контроль

Подведение итогов 1 года обучения. Награждение. Индивидуальные рекомендации. Анкета для учащихся «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения». Учебно-тренировочная игра.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Используемые практики, технологии и методы.

Современные педагогические, информационно-коммуникационные технологии, технологии дистанционного и электронного обучения, групповые и индивидуальные методы обучения и т.п.;

Дидактические средства.

Беседы, объяснения, рассказ;
Показ техники изучаемого движения;
Демонстрация плакатов, схем, видеозаписей и др.

Электронные образовательные ресурсы.

<http://www.edu.ru> – федеральный портал «Российское образование»
<http://www.school.edu.ru> – российский общеобразовательный Портал
<http://www.fsu.edu.ru> – федеральный совет по учебникам МОиН РФ
<http://www.ndce.ru> – портал учебного книгоиздания
<http://www.vestnik.edu.ru> – журнал Вестник образования»

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога :

Андреев, С.Н. Эволюция мини-футбола (футзала) в современную автономную разновидность классического футбола / С.Н. Андреев // Теория и методика футбола. – 2007. – № 1. – С. 6-7
Круглыхин, В.А. Программа дополнительного образования по физической культуре для общеобразовательных организаций и профессиональных образовательных организаций на основе футбола/ В.А. Круглыхин, Е.В. Разова, - М.: Советский спорт, 2015. - 186 с.
Губа, В.П. Теория и методика мини-футбола (футзала): [учебник] / В.П. Губа. М.: Спорт, 2016. — 201 с.
Варюшин, В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие / В.В. Варюшин. – М.: Физическая культура, 2007. - 120 с.
Вайн, Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых / Х. Вайн. — М.: Олимпия Пресс, 2004. 244 с.
Швыков, И.А. Футбол в школе / И.А. Швыков. – М.: Терра Спорт, 2002. - 144 с.

Для учащихся:

Якушин, М.И. Вечная тайна футбола/ М.И. Якушин. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 164 с. [Электронный ресурс], -<http://fanat1k.ru/library-read-158.php>
Чернов В. Тигр в алой майке [Электронный ресурс], -[http:// e-libra.ru/read/363088-tigr-v-aloy-mayke.html](http://e-libra.ru/read/363088-tigr-v-aloy-mayke.html)
Абрамов С. Выше Радуги [Электронный ресурс], -http://bookz.ru/authors/sergei-abramov/vibe-rad_543/1-vibe-rad_543.html
Гришэм, Д. Трибуны / Д.Гришэм. – М.: АСТ/Астрель, 2008. - 224 с. [Электронный ресурс], - <http://avidreaders.ru/book/tribuny.html>
Другов В., Товаровский М. Тройка без тройки [Электронный ресурс], - <https://www.litmir.co/bd/?b=271884>
Александрова Н. Четвертый в команде [Электронный ресурс], - <https://www.livelib.ru/book/1000612781-chetvertyj-v-komande-nina-aleksandrova>
Никоненко С., Тихомиров О. Догоняйте, догоняйте. [Электронный ресурс], - <http://fanread.ru/book/9121891>
Демиденко М. Волшебный мяч [Электронный ресурс], - <https://www.livelib.ru/book/1000567116-volshebnyj-myach-mihail-demidenko>
(16 +) Шолохова, Е. Звезда/ Е.Шолохова. – Аквилегия -М, 2015. - 256 с. [Электронный ресурс], - <https://profilib.com/chtenie/88450/elena-sholokhova-zvezda.php>
Володин, В. Энциклопедия для детей / В. Володин. Том 20. Спорт. - Аванта+, 2006. – 624 с.
Егоров, С. Евгений Ловчев. "Спартак" и другие. – М.: АСТ, 2016. – 288 с.
Духон, Б. Братья Старостины / Б. Духон, Г. Морозов. - М.: Молодая гвардия, 2012. - 288 с. [Электронный ресурс], -<http://fanread.ru/book/8688107/?page=19>
Васильев, П. Гвардия советского футбола /П. Васильев, Лыткин О. – М.: Молодая гвардия, 2015. – 384 с. [Электронный ресурс], - <https://www.bookcity.club/274>
Галедин, В.И. Лев Яшин/ В. Галедин. – М.: Молодая гвардия, 2014. – 301 с.
Галедин, В.И. Бесков/В.И. Галедин, А.М. Щукин. - М.: Молодая гвардия, 2015. – 416 с.
Мостовой А. По прозвищу "Царь" /А. Мостовой, Д. Целых. – М.: Эксмо, 2016. – 320 с. [Электронный ресурс], -<http://www.libros.am/book/read/id/221478/slug/po-prozvishhu-car>