

Published on Центр спортивной подготовки спортивных сборных команд области (<https://www.xn---35-rdd4bdgjddod3c.xn--p1ai>)

РОССИЙСКИЙ ФУТБОЛЬНЫЙ СОЮЗ ПОДЕЛИЛСЯ РЕКОМЕНДАЦИЯМИ ПО ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ 15-17 ЛЕТ



Данная Программа содержит научно обоснованные, подтвержденные результатами практического применения методические рекомендации, направленные на совершенствование подготовки футболистов 15-17 лет.

Использование этой Программы позволит модернизировать существующую структуру планирования тренировочного процесса, оптимизировать подбор тренировочных упражнений футболистов и режимы тренировочной работы для обеспечения наиболее качественного процесса подготовки футболистов 15-17 лет в условиях современного развития футбола.

Источник: официальный сайт РФС

[Программа подготовки РФС.pdf](#)