

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования № 25 с углубленным изучением отдельных предметов»

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
МБОУЦО №25
протокол №1 от 26.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУЦО № 25

Е.П.Алексеева
приказ №312-а от 27.08.2024 г.



**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Футбол»**

Тула - 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа является программой **дополнительного образования**, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения, и имеет **физкультурно-оздоровительную** направленность. Программа разработана с помощью комплексной программы физического воспитания учащихся 1–11 классов образовательных учреждений **В.И. Ляха** и предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

Программа рассчитана на 102 часа (3 тренировки, 3 часа в неделю) для сборной группы и реализуется в течение 34 учебных недель. Возраст обучающихся: 10 – 13 лет.

Футбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей. Выбор спортивной игры – футбол – определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью в городе.

Занятия футболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.

В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества. Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, футбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

В этом и состоит **актуальность** программы, так как в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Цель данной образовательной программы: оздоровление, физическое и психическое развитие занимающихся на основе их творческой активности;

формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

Образовательные

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (футбол);
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике футбола.

Оздоровительные

- обеспечить возможность обучающимся вести здоровый и безопасный образ жизни средствами футбола;
- развить основные физические качества;
- сформировать жизненно важные двигательные умения и навыки.

Воспитательные

- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни.

Формы занятий:

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Форма организации деятельности: групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная, фронтальная. С целью максимальной реализации программы широко используется способ проведения занятий в игровой форме. Занятия имеют практическую направленность, теоретическая часть включается в каждое занятие. Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировки: репродуктивный, поточный, игровой и соревновательный.

Ожидаемые результаты:

- овладение учащимися тактикой и техникой спортивной игры «футбол»;
- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- обогащение двигательного опыта;
- расширение кругозора учащихся;
- повышение адаптивных возможностей организма: противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом.

Формы подведения итогов:

Основной показатель работы секции по футболу – выполнение в конце года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно–качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям, результаты участия в которых также станут показателем работы секции.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название тем	Количество занятий
		Сборная школы
1	Теоретические сведения	1
2	Общепфизическая подготовка	20
3	Специальная подготовка	9
4	Техническая подготовка	25
5	Тактика игры	25
6	Учебные игры	12
7	Организация и проведение спортивных мероприятий	10
	Всего	102

Содержание программы (для всех классов).

История футбола: инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.

Передвижения и остановки: передвижение боком, спиной вперед, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)

Удары по мячу: удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема, удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема.

Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема. Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары по летящему мячу серединой подъема. Удары по летящему мячу серединой лба. Удары по летящему мячу боковой частью лба. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь.

Остановка мяча: остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.

Ведение мяча и обводка: ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов).

Отбор мяча: выбивание мяча ударом ногой

Вбрасывание мяча: вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом.

Игра вратаря: ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта).

Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом: ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.

Тактика игры: тактика свободного нападения. Позиционные нападения без изменения позиций. Позиционные нападения с изменением позиций. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.

Подвижные игры и эстафеты: игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры, развивающие физические способности

Физическая подготовка: развитие скоростно- силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- наличие гимнастического и спортивного зала, размеры 10x20.
- стойки для обводки мячей - 20 штук
- переносные ворота
- маты гимнастические
- форма спортивная (майки, трусы, гетры и обувь)
- Футбольные мячи 20 штук
- фишки 40 штук
- координационная лестница
- манишки 4х цветов

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Андреев С.Н. Футбол в школе. М.: Просвещение, 1986.
2. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. Школа технического мастерства для молодых. Перевод с итальянского М. Терра: Спорт, Олимпия пресс, 2004.
3. Грибачева М.А., Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания для учащихся начальной школы на основе футбола. М., 2011.
4. Футбол. Учебная программа для спортивных школ. Программа подготовлена Управлением футбола Спорткомитета СССР под общей редакцией Выжгина В.А., М.: Типография В\о «Союзспортобеспечение», 1981.
5. Лапшин О.Б. – Теория и методика подготовки юных футболистов. М., 2010.
6. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Пособие для учителей и методистов «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол». М.: Просвещение, 2011 г.

Календарно тематический план команды

Часы занятий	Тема занятия
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
2-3	Подвижная игра для поднятия эмоционального фона. Знакомство техники ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 4x4
4	Подвижная игра на внимательность. Ознакомление с передачей мяча внутренней стороной стопы. Игра 5 на 5
5-6	Подвижная игра на командность. Техника ведения мяча подъемом. Упражнение 1 на 1. Игра 5 на 5
7	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Ознакомление с техникой удара по мячу. Отработка ударов по воротам. Игра 3 на 3
8-9	Подвижная игра на реакцию. Ведение мяча подъемом по прямой. Ведение мяча по дуге. Игра 5 на 5
10	Подвижная игра для поднятия эмоционального фона. Игры 4 на 4 (мини турнир)
11-12	Подвижная игра на выносливость. Ознакомление с ударом по летящему мячу. Упражнение 2 на 1. Игра 5 на 5
13	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Отработка удара по мячу. Отработка ударов по воротам на точность. Игра 3 на 3
14-15	Подвижная игра. Ознакомление с обманными движениями. Игры 2 на 2. Игра 5x5
16	ОФП. Ведение мяча длинной змейкой. Упражнения 1 на 1. Игра 3 на 3
17-18	Подвижная игра. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
19	ОФП. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействия игроков и коммуникация в игре
20-21	Подвижная игра. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
22	Подвижная игра для поднятия эмоционального фона. Игры 4 на 4 (мини турнир)
23-24	Подвижная игра. Тактика игры 5x5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
25	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Отработка передач на короткие расстояния. Отработка ударов по воротам на точность. Игра 3 на 3
26-27	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Ознакомление с приемом мяча внутренней стороной стопы
28	ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
29-30	Подвижная игра. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
31	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
32-33	Подвижная игра на выносливость. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
34	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
35-36	Подвижная игра. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
37	ОФП. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
38-39	Подвижная игра на выносливость. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
40	Подвижная игра на командность. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
41-42	Подвижная игра. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
43	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействия игроков и коммуникация в игре
44-45	Подвижная игра на выносливость. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
46	ОФП. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействия игроков и коммуникация в игре
47-48	Подвижная игра на командность. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
49	Спортивные игры и эстафеты
50-51	Игровая тренировка. Мини турнир.
52	ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
53-54	Подвижная игра. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
55	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Техника ведения мяча. Игры в малых составах

56-57	Подвижная игра на командность. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
58	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
59-60	Подвижная игра. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 3 на 3
61	Подвижная игра на командность. Пасы, удары. Игры в малых составах
62-63	Подвижная игра. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
64	ОФП. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
65-66	Подвижная игра. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
67	ОФП. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
68-69	Подвижная игра. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
70	ОФП. Тактика игры 2 на 2. Взаимодействия игроков и коммуникация в игре
71-72	Подвижная игра. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
73	ОФП. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействия игроков и коммуникация в игре
74-75	Подвижная игра. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
76	Спортивные игры и эстафеты
77-78	Игровая тренировка. Мини турнир.
79	ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
80-81	Подвижная игра. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
82	ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
83-84	Подвижная игра. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
85	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
86-87	Подвижная игра. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 4 на 4
88	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
89-90	Подвижная игра. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
91	ОФП. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
92-93	Подвижная игра. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
94	ОФП. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
95-96	Подвижная игра. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
97	ОФП. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействия игроков и коммуникация в игре
98-99	Подвижная игра. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
100	ОФП. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействия игроков и коммуникация в игре
101-102	Подвижная игра. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
103	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Закрепление приема мяча внутренней стороной стопы
104-105	ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
106	Подвижная игра. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
107-108	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
109	Подвижная игра на выносливость. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
110-111	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
112	Подвижная игра. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
113-114	ОФП. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
115	Подвижная игра на выносливость. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
116-117	Подвижная игра на командность. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
118	Подвижная игра. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 3 на 3
119-120	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействия игроков и коммуникация в игре
121	Игра на реакцию. Комплекс упражнений на взрывную скорость. Игра 4 на 4
122-123	Игра на скоростные качества. Круговая тренировка на выносливость. Игра 5 на 5
124	Разминка в статике. Тестирование на скоростные качества. Игра 2 на 2
125-126	ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
127	Подвижная игра. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
128-129	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах

130	Подвижная игра на выносливость. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
131-132	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
133	Подвижная игра. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
134-135	Игра хвостики. Игра 3 на 1 в ширину. Игра 4 на 4
136	Игра салки. Обучение пласированию. Игра 2 на 2
137-138	Подвижная игра на выносливость. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
139	Теоретическое занятие
140-141	Подвижная игра. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
142	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Закрепление приема мяча внутренней стороной стопы
143-144	ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
145	Подвижная игра. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
146-147	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
148	Разбор тонкостей правил игры в футбол,
149-150	ОФП. Поочередное ведение внутренней, внешней стороной стопы и подъемом. Конкурс на точность ударов
151	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Закрепление приема мяча внутренней стороной стопы
152-153	ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
154	Подвижная игра. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 3 на 3
155-156	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
157	Подвижная игра на выносливость. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
158-159	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
160	Подвижная игра. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
161-162	ОФП. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
163	Подвижная игра. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
164-165	ОФП. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
166	Подвижная игра на выносливость. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
167-168	Подвижная игра на командность. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
169	Подвижная игра. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
170-171	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействия игроков и коммуникация в игре
172	Подвижная игра на выносливость. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
173-174	ОФП. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействия игроков и коммуникация в игре
175	Проведение мини турнира
176-177	Игра хвостики. Начало атаки от вратаря. Игра 3 на 3
178	Теоретическое занятие
179-180	ОФП. Техника движения без мяча. Обучение нахождения нужного места для приема мяча на поле. Игра 4 на 4
181	ФИФА 11+. Отработка стандартных положений. Игра 5 на 5
182-183	ОФП. Перевод мяча с одного фланга на другой через последнего защитника. Игра 3 на 3
184	ОФП. Поочередное ведение внутренней, внешней стороной стопы и подъемом. Конкурс на точность ударов
185-186	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Закрепление приема мяча внутренней стороной стопы
187	ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
188-189	Подвижная игра. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 3 на 3
190	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
191-192	Подвижная игра на выносливость. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
193	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
194-195	Игра хвостики. Игра 3 на 1 в ширину. Игра 4 на 4
196	Игра салки. Обучение пласированию. Игра 2 на 2
197-198	Подвижная игра на выносливость. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
199	Теоретическое занятие
200-201	Подвижная игра. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
202	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Закрепление приема мяча внутренней стороной стопы в сторону
203-204	Теоретическое занятие

205	ОФП. Техника движения без мяча. Обучение нахождения нужного места для приема мяча на поле. Игра 4 на 4
206-207	ФИФА 11+. Отработка стандартных положений. Игра 5 на 5
208	ОФП. Перевод мяча с одного фланга на другой через последнего защитника. Игра 3 на 3
209-210	Игра в салки с мячом. Отработка игры в стенку. Игра 2 на 2
211	Мини турнир 5 на 5
212-213	ОФП. Упражнения игра на третьего. Турнир на точность ударов по воротам.
214	Разбор тонкостей правил игры в футбол,
215-216	ОФП. Поочередное ведение внутренней, внешней стороной стопы и подъемом. Конкурс на точность ударов
217	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Закрепление приема мяча внутренней стороной стопы
218-219	ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
220	Подвижная игра. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 3 на 3
221-222	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
223	Подвижная игра на выносливость. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
224-225	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
226	Подвижная игра. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
227-228	ОФП. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
229	Подвижная игра. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
230-231	ОФП. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
232	Подвижная игра на выносливость. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
233	ОФП. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействия игроков и коммуникация в игре
234-235	Подвижная игра. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
236	Подвижная игра для поднятия эмоционального фона. Игры 4 на 4 (мини турнир)
237-238	Подвижная игра. Тактика игры 5х5. Взаимодействие игроков и коммуникация в игре. Игра 5 на 5
239	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Отработка передач на короткие расстояния. Отработка ударов по воротам на точность. Игра 3 на 3
240-241	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Ознакомление с приемом мяча внутренней стороной стопы
242	ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
243-244	Подвижная игра. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
245	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
246-247	Подвижная игра на выносливость. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
248	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
249-250	Подвижная игра. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
251	ОФП. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
252-253	Подвижная игра на выносливость. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
254	Подвижная игра на командность. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах
255-256	Подвижная игра. Техника дриблинга и обманных движений. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
257	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Тактика игры 5 на 5. Взаимодействия игроков и коммуникация в игре
258-259	Игра хвостика. Начало атаки от вратаря. Игра 3 на 3
260	Теоретическое занятие
261-262	ОФП. Техника движения без мяча. Обучение нахождения нужного места для приема мяча на поле. Игра 4 на 4
263	ФИФА 11+. Отработка стандартных положений. Игра 5 на 5
264-265	ОФП. Перевод мяча с одного фланга на другой через последнего защитника. Игра 3 на 3
266	ОФП. Поочередное ведение внутренней, внешней стороной стопы и подъемом. Конкурс на точность ударов
267-268	Комплекс упражнений ФИФА 11+. Закрепление приема мяча внутренней стороной стопы
269	ОФП. Техника ведения мяча. Игры в малых составах
270-271	Подвижная игра. Техника ведения мяча. Игры в малых составах. Игра 3 на 3
272	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах
273-274	Подвижная игра на выносливость. Пасы, удары. Игры в малых составах. Игра 5 на 5
275	ОФП. Пасы, удары. Игры в малых составах

276-277	Игра хвостики. Игра 3 на 1 в ширину. Игра 4 на 4
278	Мини турнир
279	Игры на поднятия командности, морального духа. Подведение итогов года