

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа № 2»**

<b>«Рассмотрено»</b>	<b>«Утверждаю»</b>	<b>«Согласовано»</b>
На МО спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол» Протокол № ___ от _____ 2024г.	И.о.Заместитель директора По УСР _____ Фетисова В.Э «___» _____ 2024г.	Директор МБУДО «Спортивная школа №2» _____ Вирбицкас С.М. Приказ № ___ Од от «___» _____ 2024г.



Подписано цифровой подписью:  
Вирбицкас Сергей Мидасович

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Дополнительного образования спортивной подготовки по виду спорта «футбол»**

На 2024-2025 учебный год

**Этап начальной подготовки второй год обучения**

Рабочая программа составлена на основе: программы подготовки футболистов 7 лет: Авторы: *Абрамов, Е.Е.* Дифференцированный подход к построению тренировочных нагрузок футболистов учебно-тренировочных групп: дис. канд. пед. наук. - Малаховка, 1996. - 214 с.; Годик, М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6–9 лет. / М.А. Годик, С.М. Мосягин, И.А. Швыков. – М. : Граница, 2008. – 162 с.

Составитель:  
инструктор-методист : Вирбицкас Е.В.

Бийск, 2024 год

## Пояснительная записка

Футбол – олимпийский вид спорта.

Футбол – самый популярный командный вид спорта в мире, целью в котором является забить мяч в ворота соперника большее число раз, чем это сделает команда соперника в установленное время. Мяч в ворота можно забивать ногами или любыми другими частями тела (кроме рук). Каждая футбольная команда должна состоять максимум из одиннадцати игроков (именно столько может находиться одновременно на поле), один из которых вратарь и он же единственный игрок, которому разрешено играть руками в рамках штрафной площади у своих ворот.

Футбольный матч состоит из двух таймов длительностью по 45 минут каждый. Между таймами предусмотрен 15 минутный перерыв на отдых, после которого команды меняются воротами. Это делается для того, чтобы команды были в равных условиях. Футбольную игру выигрывает команда, забившая большее количество голов в ворота соперника. Если команды закончили матч с одинаковым счетом голов, то фиксируется ничья, или назначаются два дополнительных тайма по 15 минут. Если дополнительное время закончилось ничьей, то назначается серия послематчевых пенальти.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футбол» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке «футбол» с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «футбол», утвержденным приказом Минспорта России от 16.11.2022 № 1006 (далее – ФССП).

Программа определяет основные направления и условия осуществления спортивной подготовки по виду спорта футбол, содержит нормативную и методическую части, а также систему контроля и зачетные требования.

Настоящая Программа разработана на основе принципа комплексности, предусматривающего тесную взаимосвязь всех видов спортивной подготовки (теоретическую, технико-тактическую, физическую, психологическую, методическую, соревновательную);

*В группу начальной подготовки (НП-2) переводятся обучающиеся успешно сдавшие контрольно-переводные нормативы и не имеющие медицинских противопоказаний для вида спорта «футбол», минимальный возраст 8 лет, минимальное количество детей в группах 14 человек.*

Задачи этапа начальной подготовки (НП-2):

- формировать устойчивый интерес к занятиям футболом;
- создать условия для развития умения играть в футбол в малых составах;
- развивать psychomotorные способности и умение принимать самостоятельные решения в игровых условиях;
- обучать подвижным играм, развивающим игровые возможности и одновременно физические качества;
- способствовать воспитанию волевых качеств юных футболистов;
- обучить базовым технико-тактическим приемам игры в футбол;
- осуществлять воспитательную работу.



4.	Техническая подготовка	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	180
5.	Тактическая подготовка	-	0,5	0,5	-	-	-	-	-	0,5	0,5	-	-	2
6.	Теоретическая подготовка	0,5	-	-	0,5	-	-	0,5	-	-	0,5	-	-	2
7.	Психологическая подготовка					2								2
8.	Контрольные мероприятия	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	5
9.	Инструкторская практика	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
10.	Судейская практика	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	5
12.	Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	-	4
13.	Интегральная подготовка	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	144
		33,5	33,5	33,5	33,5	35	33	33,5	33	38,5	34	37	38	416

### Виды (формы) обучения

В учреждении при реализации дополнительной образовательной программы применяются следующие виды (формы) обучения

- учебно-тренировочные занятия (групповые, индивидуальные и смешанные)
- учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям;
- учебно-тренировочные мероприятия по общей и специальной физической подготовке;
- самостоятельная подготовка;
- спортивные соревнования (контрольные, отборочные, основные игры);
- инструкторская и судейская практика;
- медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия.
- тестирование и контроль;
- участие в культурно – массовых, спортивных мероприятиях.

Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, в соответствии с определенным федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «футбол», утвержденным приказом Минспорта России от 16.11.2022 № 1006 (далее – ФССП).

**Календарно-тематический план учебно-тренировочного этапа начальной подготовки первого года обучения по виду спорта «футбол»**

Планируемая дата проведения	Номер занятия	Продолжительность	Тема занятия	Содержание	Время	Дата по расписанию	Фактическая дата проведения
02.09-08.09	1	2 часа (120 мин)	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	2	2 часа (120мин)	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		

		<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из	<b>55 мин</b>		

				положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>09.09-15.09</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120мин)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой	<b>55 мин</b>		

			ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20 мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20 мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		



			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>16.09 – 22.09</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20 мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20 мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		

			площадках не более 69х35,5 м.			
3	2 часа (120 минут)	ОФП: Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	20мин.		
		Тех.П: Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	55 мин		
		ИП: Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		
4	2 часа (120 минут)	ОФП: Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	20мин.		
		Тех.П: Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	55 мин		
		ИП: Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		

23.09-29.09	1	2 часа (120 минут)	ОФП: Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	20мин.		
			Тех.П: Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	55 мин		
			ИП: Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		
	2	2 часа (120 минут)	ОФП: Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	20мин.		
			Тех.П: Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	55 мин		
			ИП: Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		

3	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	20мин.		
		<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	55 мин		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		
4	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	20мин.		
		<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	55 мин		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		
5	0,5ч (30 мин)	<b>Тер.П:</b> История возникновения вида спорта и его развитие	Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу. Участие российских спортсменов в международных соревнованиях. Российские и международные юношеские соревнования. Лучшие	30мин.		

				российские футболисты. Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА.			
<b>30.09–06.10</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты	<b>20мин.</b>			

		<b>(120 минут)</b>		на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.			
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>			
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>07.10-13.10</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по	<b>20мин.</b>		

			пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.			
		<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с	<b>20мин.</b>		

			использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.		
		<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>	
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>	
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>	
		<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>	
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>	
<b>5</b>	<b>1час (60 мин)</b>	<b>Так.П:</b> Тактика нападения	индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на 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 ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, выбор способа и направления ведения. Применение различных способов обводки в зависимости от игровой ситуации. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место,	<b>60 мин</b>	



				на удар. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях.			
<b>16.10-21.10</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		

	<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>23.10 28.10</b>	<b>– 1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>		

		минут)	качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.				
			<b>Тех.II:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>			
			<b>Тех.II:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>		
			<b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых	<b>20мин.</b>			

			приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.			
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>	
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>	
	<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие двигательных качеств.	Строевые упражнения (построения и перестроения, виды размыканий, повороты на месте и ходьбе); разновидности ходьбы, бега, прыжков; общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитииосновных физических качеств; лазание по гимнастической стенке и скамейке; ходьба и бег по пересеченной местности; легкоатлетические упражнения: бег 20,30, метров, кросс до 2000 метров; подвижные игры и эстафеты, с применением силовых приемов; упражнения для развития силы и силовой выносливости с использованием тренажеров, приспособлений и отягощений.	<b>20мин.</b>	<b>3</b>
			<b>Тех.П:</b> Техника передвижения	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. . Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; - толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>55 мин</b>	
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>	
<b>30.10- 4.11</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>	

		<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		

			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>		<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>			
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>04.11— 10.11</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>		<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		
				<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
				<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: .	<b>20мин.</b>			

		<b>минут)</b>		Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.			
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>		<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>		<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		

			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>11.11-17.11</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		



		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. 4. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. 4. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: .	<b>20мин.</b>		

18.11-21.11		минут)		Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.			
		Тех.П: Техника защиты		Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. 4. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	55 мин		
		ИП: Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.		Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		
2	2 часа (120 минут)	ОФП: Развитие отдельных сторон подготовленности		Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	20мин.		
		Тех.П: Техника защиты		Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. 4. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	55 мин		
		ИП: Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.		Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		
3	2 часа (120 минут)	ОФП: Развитие отдельных сторон подготовленности		Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	20мин.		

			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. 4. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>		<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. 4. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>25.11-1.12</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. 4. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		

		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. 4. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: . Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. 4. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие отдельных сторон подготовленности	Упражнения для развития и укрепления костно-мышечного аппарата. Подвижные игры – переноска небольших тяжестей (из различных исходных положений и в различных направлениях) Упражнения для развития прыгучести: .	<b>20мин.</b>		

		минут)		Прыжки на одной и двух ногах на матах или песке. Напрыгивание с одной и двух ног на гимнастическую скамейку. Прыжки в высоту и глубину. Прыжки через футбольные мячи, расставленные на различном расстоянии друг от друга в различных направлениях. Выполнять на одной и двух ногах. Расстояние между мячами 30-35 см.			
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. 4. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой; если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен; б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>02.12-08.12</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под углом 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20 мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на	<b>45 мин</b>		

			площадках не более 69х35,5 м.			
2	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление. «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.	55 мин		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		
3	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление. «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя	55 мин		

			<p>правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.</p>			
		<p><b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.</p>	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.</p>	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<p><b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости</p>	<p>По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускоренный бег под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.</p>	<b>20 мин.</b>		
		<p><b>Тех.П:</b> Техника защиты</p>	<p>Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.</p>	<b>55 мин</b>		
		<p><b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.</p>	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на</p>	<b>45 мин</b>		

				площадках не более 69х35,5 м.			
09.12 15.12	-	1	2 часа (120 минут)	ОФП: Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.	
				Тех.П: Техника защиты	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление. «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.	55 мин	
				ИП: Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин	
		2	2 часа (120 минут)	ОФП: Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.	
				Тех.П: Техника защиты	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление. «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия	55 мин	



			<p>комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.</p>			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.</p>	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	<p>По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.</p>	<b>20 мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты	<p>Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.</p>	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.</p>	<b>45 мин</b>		

	4	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление. «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скречивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.	55 мин		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	45 мин		
16.12 – 22.12	1	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление. «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя	55 мин		

			<p>правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.</p>			
		<p><b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.</p>	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.</p>	<p><b>45 мин</b></p>		
<p><b>2</b></p>	<p><b>2 часа (120 минут)</b></p>	<p><b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости</p>	<p>По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.</p>	<p><b>20мин.</b></p>		
		<p><b>Тех.П:</b> Техника защиты</p>	<p>Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление. «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.</p>	<p><b>55 мин</b></p>		
		<p><b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.</p>	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.</p>	<p><b>45 мин</b></p>		

3	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление. «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.	55 мин		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	45 мин		
4	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление. «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия	55 мин		

				комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.				
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>23.12</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	<b>2 часа</b> <b>(120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
<b>29.12</b>				<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.	<b>55 мин</b>		
				<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		

	2	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление. «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.	55 мин		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		
	3	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости	По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление. «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и	55 мин		

			<p>построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.</p>			
		<p><b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.</p>	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.</p>	<p><b>45 мин</b></p>		
<p><b>4</b></p>	<p><b>2 часа (120 минут)</b></p>	<p><b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты, стартовой скорости</p>	<p>По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры; стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом; ускорения под уклон 3-5 градусов; бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; обводка препятствий (на скорость); переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.</p>	<p><b>20мин.</b></p>		
		<p><b>Тех.П:</b> Техника защиты</p>	<p>Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, осуществление «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча. Совершенствование в перехвате. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. Противодействие передаче, ведению и удару по воротам; групповые действия. Взаимодействия в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря; командные действия. Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангами и через центр; тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих мячей. Указания партнерам по обороне, как занять позицию. Выполнение с защитниками комбинаций при введении мяча от ворот.</p>	<p><b>55 мин</b></p>		
		<p><b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.</p>	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.</p>	<p><b>45 мин</b></p>		

	5	0,5ч 30 мин	<b>Тер.П:</b> Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья человека	Единая всероссийская спортивная классификация. Классификационные нормы и требования по футболу. Международное спортивное движение. Достижения российских спортсменов. История Олимпийских игр. Выступление российских спортсменов на Олимпийских играх.	30мин.		
06.01- 12.01	1	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.	20мин.		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.	55 мин		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		
	2	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.	20мин.		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным	55 мин		



			сопротивлением.				
			<b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.	<b>20 мин.</b>			
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением;	<b>60 мин</b>			
		<b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>40 мин</b>			
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.	<b>20 мин.</b>			
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба	<b>55 мин</b>			

				без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>5</b>	<b>2 часа (120 мин)</b>	<b>Псих.П:</b> Общая психологическая подготовка	Тренинги на развитие наблюдательности, умения быстро и правильно ориентироваться в сложной игровой ситуации; развитие памяти и воображения, которое проявляется в способности запоминать особенности игровых действий и в умении детально представлять возможные ситуации предстоящего состязания; развитие тактического мышления, способности быстро и правильно оценивать игровой момент, принимать эффективное решение и контролировать свои действия	<b>120 мин.</b>		
<b>13.01-19.01</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением;	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.	<b>20мин.</b>		

		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногами. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногами. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки	<b>20мин.</b>		

				вперед и назад.			
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>20.01-26.01</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>			
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных	<b>20мин.</b>		

			прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.			
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением;	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега,	<b>20мин.</b>		

				доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.			
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением;	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>27.01-02.02</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением;	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями;	<b>20мин.</b>		

			эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.			
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему, летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведения, рывки на короткие, средние и дальние расстояния. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением; удары по мячу головой. Удары средней, боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары на точность вниз и вверх, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние. Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением;	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие ловкости	Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой; прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны; жонглирование мячом; парные и групповые	<b>20мин.</b>		

		минут)		упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями; эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, перекатами. Кувырки вперед и назад.			
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>03.02-09.02</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды,	<b>55 мин</b>		



			развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		

<b>12.02-17.02</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		

			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
			<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
			<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
<b>17.02-23.02</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			

			площадках не более 69х35,5 м.			
2	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	55 мин		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		
3	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	55 мин		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		
4	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	20мин.		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством.	55 мин		

				Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.			
			<b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>26.02-02.03</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
			<b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 мин)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
			<b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений	<b>20мин.</b>		

				партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.			
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой; обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных» финтов.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>03.03-09.03</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры	<b>55 мин</b>		

			<p>вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.</p>			
		<p><b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.</p>	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.</p>	<p><b>45 мин</b></p>		
2	2 часа (120 минут)	<p><b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).</p>	<p>Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.</p>	<p><b>20мин.</b></p>		
		<p><b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом</p>	<p>Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.</p>	<p><b>55 мин</b></p>		
		<p><b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.</p>	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.</p>	<p><b>45 мин</b></p>		
3	2 часа (120 минут)	<p><b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).</p>	<p>Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.</p>	<p><b>20мин.</b></p>		
		<p><b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом</p>	<p>Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия</p>	<p><b>55 мин</b></p>		

				вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>			
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.	<b>55 мин</b>			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>10.03-16.03</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и	<b>55 мин</b>		



			<p>в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.</p>			
		<p><b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.</p>	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.</p>	<p><b>45 мин</b></p>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<p><b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).</p>	<p>Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.</p>	<p><b>20мин.</b></p>		
		<p><b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом</p>	<p>Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.</p>	<p><b>55 мин</b></p>		
		<p><b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.</p>	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.</p>	<p><b>45 мин</b></p>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<p><b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).</p>	<p>Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.</p>	<p><b>20мин.</b></p>		
		<p><b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом</p>	<p>Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия</p>	<p><b>55 мин</b></p>		

				вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>			
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.	<b>55 мин</b>			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>17.03-23.03</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с	<b>55 мин</b>		

			падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и	<b>55 мин</b>		

				в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>24.03-30.03</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия	<b>55 мин</b>		

			<p>вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.</p>			
		<p><b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.</p>	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.</p>	<p><b>45 мин</b></p>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<p><b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).</p>	<p>Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.</p>	<p><b>20мин.</b></p>		
		<p><b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом</p>	<p>Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.</p>	<p><b>55 мин</b></p>		
		<p><b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.</p>	<p>Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.</p>	<p><b>45 мин</b></p>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<p><b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).</p>	<p>Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.</p>	<p><b>20мин.</b></p>		
		<p><b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом</p>	<p>Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с</p>	<p><b>55 мин</b></p>		

			падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>	
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом; вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой; техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>5</b>	<b>0,5 часа 30мин</b>	<b>Тер.П:</b> Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	Питание. Понятие о калорийности и усвояемости пищевых продуктов. Витамины. Примерные суточные нормы для футболистов в зависимости от возраста, объема и интенсивности тренировочных занятий и соревнований. Вредное влияние употребления алкоголя и курения на здоровье и работоспособность спортсмена.	<b>30 мин</b>		
<b>31.03-06.04</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20мин.</b>	
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре:	<b>55 мин</b>	

			завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20 мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20 мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20 мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре:	<b>55 мин</b>		

				завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>07.04-13.04</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20мин.</b>			
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1.	<b>55 мин</b>			



				Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.			
			<b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20 мин.</b>			
		<b>Тех. II:</b> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>			
		<b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>14.04-20.04</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20 мин.</b>		
		<b>Тех. II:</b> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>			
		<b>III:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20 мин.</b>		
			<b>Тех. II:</b> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1.	<b>55 мин</b>		

			Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.				
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20мин.</b>			
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20мин.</b>			
		<b>Тех.П:</b> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>21.04-27.04</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20мин.</b>		

		<i>Тех.П:</i> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>		
		<i>ИП:</i> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<i>ОФП:</i> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20мин.</b>		
		<i>Тех.П:</i> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>		
		<i>ИП:</i> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<i>ОФП:</i> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20мин.</b>		
		<i>Тех.П:</i> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>		
		<i>ИП:</i> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<i>ОФП:</i> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в	<b>20мин.</b>		

				беге на 10-15 метров.			
			<i>Тех.П:</i> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>		
			<i>ИП:</i> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>28.04-04.05</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<i>ОФП:</i> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20мин.</b>		
			<i>Тех.П:</i> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>		
			<i>ИП:</i> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<i>ОФП:</i> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20мин.</b>		
			<i>Тех.П:</i> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>		
			<i>ИП:</i> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<i>ОФП:</i> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в	<b>20мин.</b>		

				беге на 10-15 метров.			
			<i>Тех.П:</i> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>		
			<i>ИП:</i> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<i>ОФП:</i> Упражнения для развития быстроты	Игры и игровые упражнения, которые требуют быстрой ответной реакции на какие-то противодействия; упражнения на воспитание стартовой скорости (20-25 м), дистанционной (40-45 м); повторный бег с максимальной скоростью, выполняемый в виде эстафет на отрезках до 20 м; контрольные упражнения в беге на 10-15 метров.	<b>20мин.</b>		
			<i>Тех.П:</i> Техника работы с мячом	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; после игры в стенку (короткую и длинную). Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу; из-под прессинга; в игровом упражнении 1х1. Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов; штрафные и угловые удары. Обводка соперника (без борьбы или в борьбе). Отбор мяча у соперника.	<b>55 мин</b>		
			<i>ИП:</i> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников.	Простейшие групповые тактические действия (передачи мяча в парах, тройках стоя на месте; передачи в парах с продвижением по прямой и изменением направления). Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>05.05-11.05</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<i>ОФП:</i> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>20мин.</b>		
			<i>Тех.П:</i> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).	<b>55 мин</b>		

		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. .Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. . Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. .Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. . Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		

			участников			
4	2 часа (120 минут)	ОФП: Развитие игровой ловкости.		Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. .Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. . Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	20мин.	
			Тех.П: Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).	55 мин	
			ИП: Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	45 мин	
5	0,5 часа 30 мин.	Так.П: Тактика нападения.	Групповые действия. Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», комбинация «пропуск мяча». Умение начинать и развивать атаку из стандартных положений. Индивидуальные действия. Оценка целесообразности той или иной позиции, своевременное занятие наиболее выгодной позиции для получения мяча. Эффективное использование изученных технических приемов, способы и разновидности решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.	30 мин		
12.05-18.05	1	2 часа (120 минут)	ОФП: Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. .Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. . Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	20мин.	
				Тех.П: Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя	55 мин

			направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения	<b>55 мин</b>		



				(финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. .Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. . Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>20.05-25.05</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. .Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. . Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки	<b>55 мин</b>		

			остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>	
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.		<b>20мин.</b>	
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).		<b>55 мин</b>	
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). Бег в сочетании с прыжками. Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.		<b>20мин.</b>	
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).		<b>55 мин</b>	

			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>		<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. .Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. . Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>20мин.</b>			
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).	<b>55 мин</b>			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>5</b>	<b>5 часов 300 мин</b>	<b>Сдача контрольно-нормативных переводных экзаменов</b>			<b>300 мин</b>			
<b>26.05-01.06</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>		<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. .Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. . Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>20мин.</b>		
				<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).	<b>55 мин</b>		

		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. .Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. . Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. .Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д.). . Бег в сочетании с прыжками. . Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).	<b>55 мин</b>		

			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>		<b>ОФП:</b> Развитие игровой ловкости.	Стартовые ускорения в беге по прямой, дугам, кругу и остановки. Стартовые ускорения после поворотов и прыжков. .Стартовые ускорения из различных положений (с высокого и низкого старта, из полуприседа, сидя, из положения лежа и т.д). . Бег в сочетании с прыжками. . Бег в сочетаниях с поворотом на 90, 180 и 360 градусов. Прыжки: - на одной ноге вправо и влево с продвижением вперед и назад, с разной последовательностью; попеременно на правой и левой ноге с продвижением в разных направлениях; толчком обеих ног вправо и влево с продвижением вперед — назад, вправо - влево, с продвижением в разных направлениях.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника защиты.	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>02.06-08.06</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2х1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч, игра 2х2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20х15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3х3 и 4х4 (без вратарей) на малой площадке (30х20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9х9, 11х11	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с	<b>20мин.</b>		

			изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.			
		<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2х1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч, игра 2х2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20х15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3х3 и 4х4 (без вратарей) на малой площадке (30х20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9х9, 11х11	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2х1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч, игра 2х2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20х15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3х3 и 4х4 (без вратарей) на малой площадке (30х20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9х9, 11х11	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2х1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч, игра 2х2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20х15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом,	<b>55 мин</b>		

				игра 3x3 и 4x4 (без вратарей) на малой площадке (30x20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9x9, 11x11			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>5</b>	<b>1 час 60 мин</b>	<b>ТО:</b> Правила игры в футбол. Организация и проведение соревнований. Техника безопасности во время соревнований..	Изучение правил игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля. Роль судьи как воспитателя. Значение спортивных соревнований. Требования к организации и проведению соревнований. Особенности организации и проведения соревнований по мини-футболу. Виды соревнований по футболу. Системы розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная. Положение о соревнованиях. Составление календаря игр. Оценка результатов игр. Заявки на участие в соревнованиях, их формы и порядок предоставления. Назначение судей. Оформление документации хода и результатов соревнований.	<b>30мин</b>		
			<b>Так.П:</b> Тактика нападения.	Командные действия. Выполнение основных обязанностей в атаке на своем месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр.	<b>30мин</b>		
<b>09.06-15.06</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2x1, с задачей выбрать место для получения мяча (открытие), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2x1, 3x1, 4x1, 5x1 с задачей отобрать мяч, игра 2x2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20x15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3x3 и 4x4 (без вратарей) на малой площадке (30x20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9x9, 11x11	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2x1, с задачей выбрать место для получения мяча	<b>55 мин</b>		

			(открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2x1, 3x1, 4x1, 5x1 с задачей отобрать мяч, игра 2x2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20x15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3x3 и 4x4 (без вратарей) на малой площадке (30x20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9x9, 11x11				
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>			
		<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2x1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2x1, 3x1, 4x1, 5x1 с задачей отобрать мяч, игра 2x2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20x15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3x3 и 4x4 (без вратарей) на малой площадке (30x20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9x9, 11x11	<b>55 мин</b>			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>			
		<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2x1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2x1, 3x1, 4x1, 5x1 с задачей отобрать мяч, игра 2x2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20x15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3x3 и 4x4 (без вратарей) на малой площадке (30x20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9x9, 11x11	<b>55 мин</b>			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>			
<b>16.06-22.06</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика,	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на	<b>20мин.</b>		



		<b>минут)</b>	собственный вес).	дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.			
			<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2х1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч, игра 2х2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20х15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3х3 и 4х4 (без вратарей) на малой площадке (30х20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9х9, 11х11	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>		<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2х1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч, игра 2х2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20х15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3х3 и 4х4 (без вратарей) на малой площадке (30х20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9х9, 11х11	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>		<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2х1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч, игра 2х2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20х15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3х3 и 4х4 (без вратарей) на малой площадке (30х20) со взятием ворот.	<b>55 мин</b>		

			Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9х9, 11х11			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>	
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Также с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2х1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч, игра 2х2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20х15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3х3 и 4х4 (без вратарей) на малой площадке (30х20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9х9, 11х11	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>23.06-29.06</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Также с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>	
		<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2х1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч, игра 2х2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20х15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3х3 и 4х4 (без вратарей) на малой площадке (30х20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9х9, 11х11	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Также с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>	

		<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2х1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч, игра 2х2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20х15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3х3 и 4х4 (без вратарей) на малой площадке (30х20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9х9, 11х11	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2х1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч, игра 2х2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20х15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3х3 и 4х4 (без вратарей) на малой площадке (30х20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9х9, 11х11	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Развитие силовых способностей (статика, собственный вес).	Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. переменный бег на дистанции 100-150м; бег с изменением направления до 180 градусов; бег с изменением скорости. Челночный бег; бег с «тенью» (повторение движений партнера). Тоже с мячом; выполнение элементов техники в быстром темпе.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Техника нападения.	Ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передача мяча в парах и тройках на месте и в движении, игра в парах на малой площадке взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух-трех пар, упражнение 2х1, с задачей выбрать место для получения мяча (открывание), то же с задачей закрыть игрока, упражнение 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч, игра 2х2 с одним нейтральным игроком, со взятием ворот на малой площадке (20х15); нейтральный играет за команду, владеющую мячом, игра 3х3 и 4х4 (без вратарей) на малой площадке (30х20) со взятием ворот. Дальнейшее обучение тактике футбола, а затем и перехода к игре 9х9, 11х11	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не	<b>45 мин</b>		

			более сложных задач для их участников	более 69х35,5 м.				
30.06-06.07	1	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	20мин.			
			<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	55 мин			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин			
	2	2 часа (120 минут)	ОФП: Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	20мин.			
				<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего	55 мин		

			по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрами). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и	<b>55 мин</b>		

			их выполнения приемов	с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>07.07-13.07</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера	<b>20мин.</b>		

			на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.			
		<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения	<b>20мин.</b>		

				ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.			
			<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>15.07-20.07</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на	<b>20мин.</b>		



			формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.			
		<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стойкой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стойкой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		

	4	2 часа (120 минут)	<p><b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов</p>	<p>Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднятие и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднятие и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.</p>	20мин.		
			<p><b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов</p>	<p>Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;</p>	55 мин		
			<p><b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников</p>	<p>Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.</p>	45 мин		
22.07-27.07	1	2 часа (120 минут)	<p><b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов</p>	<p>Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднятие и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднятие и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.</p>	20мин.		
			<p><b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов</p>	<p>Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;</p>	55 мин		

		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднятие и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднятие и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднятие и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднятие и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными	<b>55 мин</b>		

				углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;			
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрами). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>29.07-03.08</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	<b>20мин.</b>		

		<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стопой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание	<b>20мин.</b>		

			руч, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.				
			<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стойкой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Общеразвивающие упражнения без предметов	Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях— наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа — поднятие и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднятие и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Совершенствование техники их выполнения приемов	Ведение мяча: внутренней и внешней сторонами подъема; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек. Жонглирование мячом: одной ногой (стойкой); двумя ногами (стопами); двумя ногами (бедрями). . Прием – остановка мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку подошвой и разными частями стопы, летящего по воздуху стопой, бедром, грудью и головой. . Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы; головой;	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>04.08-10.08</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	<b>20мин.</b>		

		<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал	<b>20мин.</b>		

		минут)		отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..			
			<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>11.08-17.08</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		



			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>		<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>		<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>18.08-24.08</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки	<b>55 мин</b>		

			мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.			
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>3</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	<b>20мин.</b>		
		<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>4</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на	<b>20мин.</b>		

				поле для игры с мячом..			
			<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
<b>27.08-31.08</b>	<b>1</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		
	<b>2</b>	<b>2 часа (120 минут)</b>	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	<b>20мин.</b>		
			<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	<b>55 мин</b>		
			<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5x5, 6x6, 7x7 на площадках не более 69x35,5 м.	<b>45 мин</b>		

3	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	20мин.		
		<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	55 мин		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		
4	2 часа (120 минут)	<b>ОФП:</b> Упражнения для развития выносливости	Равномерный бег. Переменный бег. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин, число повторений – 3-5). Подвижные игры. Бег по песку, по воде. Игры на поле для игры с мячом..	20мин.		
		<b>Тех.П:</b> Обманные движения (финты).	Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	55 мин		
		<b>ИП:</b> Командные игры с постановкой более сложных задач для их участников	Игры в футбол в ограниченных составах 5х5, 6х6, 7х7 на площадках не более 69х35,5 м.	45 мин		

**Июль:** 4 часа на восстановительные мероприятия. Душ, баня, водные процедуры.

**Август:** 5 часов отводится на медицинские, медико- биологические мероприятия.

### Методическая часть

Тренировочное занятие - основной инструмент тренера. Большую часть тренировочного занятия составляют: изучение основ игры, совершенствование различных систем защиты и нападения, подготовка к игре с конкретным соперником. При этом упражнения на занятиях играют главную роль.

Основные правила построения и проведения тренировочного занятия:

1. Планирование физической нагрузки.
2. Структура и направленность тренировочного занятия.

### 3. Качественное проведение тренировочных занятий.

В футболе игровая деятельность на тренировочном занятии и соревновании проходит в очень быстром темпе, и интенсивность ее непрерывно меняется от максимальной - до минимальной. Нагрузка по характеру и интенсивности должна быть в основном на уровне, близком к соревновательному и даже несколько выше и требует значительных нервных затрат, а следовательно, более продолжительное время для восстановления. Поэтому она дается 4 раза в неделю.

Используемые в учебно-тренировочном процессе методы можно подразделить на три группы: 1) словесные, 2) наглядные и 3) практические. К словесным методам относятся: рассказ, объяснение, команды и распоряжения, задание, указание, беседа и разбор.

*Рассказ* — это короткое повествование о технико-тактических приемах, взаимодействиях, способах их применения, месте и значении в игровой деятельности.

*Объяснение* раскрывает содержание, форму и структуру конкретного двигательного движения или действия, а также факторы, определяющие его эффективность. Точное и доступное объяснение создает предпосылки для освоения новых игровых приемов, правильного выполнения тактических установок. Одно из требований к объяснению — краткость.

*Команды и распоряжения* — специфические формы речевого воздействия для оперативного управления деятельностью занимающихся. Они отличаются особой лаконичностью. На учебных тренировках по футболу преимущественно пользуются распоряжениями, которые в отличие от команд не имеют строго регламентированной формы, просты и доступны по содержанию. Распоряжения даются для подготовки, начала или окончания упражнения или игрового задания.

*Задание* — это форма постановки индивидуальной или коллективной задачи перед занимающимися для выполнения упражнений или в учебных играх. Указание отличается от задания краткостью формы и направлено на внесение коррективов в действия учеников по ходу выполнения упражнения или в процессе игрового противоборства.

*Беседа* предполагает диалог между педагогом и учениками, благодаря которому осуществляется обмен мнениями и намечается план дальнейших действий при обучении или совершенствовании.

*Разбор*, как правило, производят после завершения упражнения, игры или занятия. Это короткий или обстоятельный анализ всех действий и их результата.

*Наглядные методы* многообразны и направлены на активизацию сенсорных процессов у занимающихся. К ним, прежде всего, относится показ упражнений или их элементов тренером-преподавателем или наиболее подготовленными учениками. Показ должен носить образцовый, четкий характер и создавать полное представление у занимающихся о движениях или действиях. Для этого необходимо создать соответствующие предпосылки: выбрать место для показа упражнения и создать оптимальные условия для его обзора; осуществить показ в целом или по частям, в обычном или замедленном темпе.

Высоко результативны и вспомогательные наглядные *методы*: демонстрация кино- и видеоматериалов, рисунков, фотографий, схем тактических взаимодействий, использование демонстрационных досок, планшетов и других средств. Эффективны также повторный и замедленный показ или демонстрация.

Определенное значение имеют методы ориентирования. С помощью предметных или условных ориентиров (например, линии разметки, мячи, переносные стойки, стулья, разнообразные зрительные и звуковые сигналы и т.д.) ограничивают направление движения, сигнализируют о

его начале или окончании, регламентируют смену направления, задают траекторию полета мяча. Использование наглядных методов всегда должно сочетаться с разновидностями словесных. Это является одним из основных условий эффективности проведения учебных занятий.

*Практические методы* базируются на активной двигательной деятельности обучающихся. Их грамотное использование имеет решающее значение в освоении умений и навыков игры в футбол.

*Упражнения* предполагают многократное повторение движений для овладения техникой игрового приема, сочетания приемов отдельными учениками или технико-тактических взаимодействий группой занимающихся. Разучивание техники может осуществляться в целом или по частям.

Относительно простые игровые приемы (например, стойки, передвижения, передача мяча и т.п.) разучиваются в целостном виде, так как их расчленение нарушает структуру движений и усложняет процесс обучения. Разучивание по частям (расчлененным методом) предполагает временное освоение отдельных элементов целостного двигательного действия с последующим их объединением в единое целое.

*Расчлененным методом* в футболе осваивают координационно-сложные игровые приемы. При изучении техники и тактики футбола широко используются подводящие упражнения. Как правило, их объединяют в блоки так, чтобы путем планомерного и постепенного освоения более простых движений или двигательных действий подвести занимающихся к овладению сложными технико-тактическими действиями в целом. Предлагаемые задания выполняются в строгой последовательности индивидуально или с помощью партнера.

#### **Требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований**

В обязанности тренера входят следующие мероприятия, обеспечивающие безопасное пространство для лиц, проходящих спортивную подготовку:

- поддержание учебной дисциплины во время тренировочных занятий;
- обеспечение безопасности при проведении тренировочных занятий на всех этапах спортивной подготовки;
- своевременное выявление угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов;
- оперативное реагирование на нештатные ситуации и применение верных алгоритмов действий для устранения или снижения опасности;
- выявление неисправности спортивных объектов и инвентаря;
- проведение занятий на сухом, нескользком полу;
- проверка состояния здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку, перед тренировочным занятием;
- осмотр лиц, проходящих спортивную подготовку, перед тренировочным занятием (ногти должны быть коротко острижены, все украшения сняты, при наличии очков, они должны быть закреплены резинкой и иметь роговую оправу);
- проведение с лицами, проходящими спортивную подготовку, инструктажа по технике безопасности 2 раза в год: в начале учебного и в начале календарного года. О чем сделать запись в журнале учета групповых занятий по волейболу в разделе «инструктаж лиц, проходящих спортивную подготовку»

- знать и правильно оказывать первую помощь.
- знать и правильно использовать средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты.

Требования к технике безопасности лиц, проходящих спортивную подготовку.

Перед началом тренировочных занятий и соревнований:

1) надеть спортивный костюм, не стесняющий движений и спортивную обувь с нескользящей подошвой. Экипировка должна соответствовать климатическим условиям места занятий; 2) войти в спортивный зал в присутствии тренера и ждать его дальнейших указаний; 3) Проверить отсутствие посторонних предметов в зале и при их обнаружении сообщить об этом тренеру.

Во время тренировочных занятий и соревнований:

- 1) не выполнять упражнения без тренера;
- 2) не покидать спортивный зал без тренера;
- 3) соблюдать дисциплину;
- 4) при изучении нового упражнения выполнять движения плавно без рывков;
- 5) при выполнении прыжков приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая;
- 6) при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, во избежание столкновений;
- 7) при плохом самочувствии, появлении во время тренировочного занятия болей срочно сообщить об этом тренеру и прекратить занятие.

По окончании тренировочных занятий и соревнований:

- 1) убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь и оборудование;
- 2) снять спортивную экипировку;
- 3) Принять теплый душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом, затем растереться полотенцем.

**Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «футбол»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			-	-	9,30	10,30
1.2.	Бег на 10 м с высокого старта	с	не более		не более	
			2,35	2,50	2,30	2,40
1.3	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			-	-	6,0	6,5
1.4	Прыжок ив длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			100	90	120	110
<b>2. Нормативы технической подготовки</b>						
2.1.	Ведение мяча 10 м	с	не более		не более	

			3,20	3,40	3,00	3,20
2.2.	Ведение мяча с изменением направления 10 м (начиная со второго года спортивной подготовки)	с	не более		не более	
			-	-	8,60	8,80
2.3	Ведение мяча 3 x 10м (начиная со второго года спортивной подготовки)	с	не более		не более	
			-	-	11,60	11,80
2.4	Удар на точность по воротам (10 ударов) (начиная со второго года спортивной подготовки)	количество попаданий	не менее		не менее	
			-	-	5	4

**Контрольно-переводные нормативы по общефизической подготовке на начальном этапе второго года обучения**

Упражнения	Баллы	Юноши	Девушки
		НП-1	НП-1
Челночный бег 3x10 м(с)	«5»	9,28	10,28
	«4»	9,29	10,29
	«3»	<b>9,30</b>	<b>10,30</b>
Бег на 10 м высокого старта (с)	«5»	2,28	2,38
	«4»	2,29	2,39
	«3»	<b>2,30</b>	<b>2,40</b>
Бег на 30 м (с)	«5»	5,8	6,3
	«4»	5,9	6,4
	«3»	<b>6,0</b>	<b>6,5</b>
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	«5»	122	112
	«4»	121	111
	«3»	<b>120</b>	<b>110</b>

**Контрольно-переводные нормативы по технической подготовке на начальном этапе второго года обучения**

Упражнения	Баллы	Юноши	Девушки
		НП-1	НП-1
Ведение мяча 10 м (секунды)	«5»	2,8	3,0



	«4»	2,9	3,1
	«3»	<b>3,0</b>	<b>3,2</b>
	«5»	8,4	8,6
Ведение мяча с изменением направления 10 м (секунды)	«4»	8,5	8,7
	«3»	<b>8,6</b>	<b>8,8</b>
	«5»	11,4	11,6
Ведение мяча 3x10 м (начиная со второго года спортивной подготовки) (секунды)	«4»	11,5	11,7
	«3»	<b>11,6</b>	<b>11,8</b>
	«5»	7	6
Удар на точность по воротам (10 ударов) (начиная со второго года спортивной подготовки) (количество попаданий)	«4»	6	5
	«3»	<b>5</b>	<b>4</b>

#### **Требования к результатам освоения программы на начальном этапе спортивной подготовки**

Достижение результатов реализации программы спортивной подготовки по виду спорта в футбол на каждом этапе спортивной подготовки дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку, на следующий этап спортивной подготовки.

На этапе начальной подготовки у лиц, проходящих спортивную подготовку, должен быть:

- сформирован устойчивый интерес к занятиям спортом;
- сформирован широкий круг двигательных умений и навыков;
- освоена основа техники по виду спорта футбол;
- всесторонне гармонично развиты физические качества;
- укреплено здоровье спортсмена;

В рамках прохождения этапа начальной подготовки должен быть осуществлен отбор перспективных юных спортсменов, способных осваивать требования программы при дальнейших занятиях по виду футбол.

Важнейшей функцией управления наряду с планированием является контроль, определяющий эффективность тренировочной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку, на всех этапах подготовки. В процессе тренировочной работы систематически ведется учет подготовленности путем:

- а) текущей оценки усвоения изучаемого материала;
- б) оценки результатов выступления в соревнованиях команды и индивидуальных игровых показателей;
- в) выполнения контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке и тактической подготовке, для чего проводится прием контрольных нормативов по общей физической подготовке, специальной физической подготовке и тактической подготовке.

Прием контрольных нормативов проводится в сентябре и мае текущего тренировочного года.

### **Перевод лиц, проходящих спортивную подготовку:**

- лица, проходящие спортивную подготовку, выполнившие контрольные требования по программе за тренировочный год, на основании протоколов контрольных испытаний и приказа директора переводятся на следующий этап спортивной подготовки;

-Лица, проходящие спортивную подготовку должны сдать все контрольные нормативы, при этом учитываются и спортивные достижения лиц, проходящих спортивную подготовку, наличие спортивного разряда.

- Лица, проходящие спортивную подготовку, пропустившие 2/3 учебного времени за год по независящим от них обстоятельствам, не могут быть переведены на следующий этап подготовки.

-Лица, проходящие спортивную подготовку должны сдать все контрольные нормативы.

Контроль работы включает предварительный учет, то есть данные, с которыми пришли занимающиеся видом спорта футбол и текущий учет - на протяжении всего периода спортивной подготовки. Анализ контрольных результатов позволяет более рационально подобрать средства и методы в подготовке конкретной группы лиц, проходящих спортивную подготовку, что способствует повышению уровня тренировочного процесса. Сравнение результатов контрольных нормативов в начале и в конце тренировочного года, динамика ответной реакции организма на нагрузку в процессе подготовки занимающихся по виду спорта футбол позволяют судить об адаптации организма к выполняемой нагрузке.

### **Перечень информационного обеспечения программы**

#### ***II. Используемая литература***

1. *Абрамов, Е.Е.* Дифференцированный подход к построению тренировочных нагрузок футболистов учебно-тренировочных групп: дис. канд. пед. наук. - Малаховка, 1996. - 214 с.
2. *Антипов, А.В.* Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско юношеском футболе: научно-методическое пособие/Л.В. Антонов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьков. - М.: Советский спорт, 2008. – 247 с.
3. *Варюшин, В.В.* Тренировка юных футболистов:учеб. Пособие. / В.В. Варюшин.-М. Физическая культура испорт, 2007. - 177 с.
4. *Годик, М.Л.* Физическая подготовка футболистов. / *М.Л. Годик.* -М. :Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2006. – 232 с.
5. *Голомазов, С.В.* Футбол.Методика тренировки «техники реализации стандартных положений»: учебно-методическое пособие / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - 2-е изд. - М. : ТВТ Дивизион, 2006. – 189 с.
6. *Голомазов, С.В.* Футбол. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства: учебно-методическое пособие / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М. : ТВТ Дивизион,2006. – 86 с.
7. *Голомазов, С.В.* Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом: учебно-методическое пособие / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - 2-е изд. - М. : ТВТ Дивизион, 2006. – 92 с.
8. *Губа, В.П.* Интегральная подготовка футболистов / В.П. Губа, А.В. Лексаков-М. : Советский спорт, 2010. – 165 с.

9. *Годик, М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А.* Поурочная программа подготовки юных футболистов 6–9 лет. / М.А. Годик, С.М. Мосягин, И.А. Швыков. – М. : Граница, 2008. – 162 с.
10. *Искусство подготовки высококвалифицированных футболистов: научно- методическое пособие / под ред. И.М. Люкшинова.* - М. : Советский спорт ТВТ Дивизион, 2006. -265 с.
11. *Лалаков, Г.С.* Структура и содержание тренировочных нагрузок на р; личных этапах многолетней подготовки футболистов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. / Г.С. Лалаков. - Омск, 1998. – 263 с.
12. *Монаков, Г.В.* Подготовка футболистов. Теория и практика. 2-е из стереотип. / Г.В. Монаков. -М.:Советский спорт, 2007. – 269 с.
13. *Платонов, В.Н.* Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте Общая теория и ее практические приложения. / В.Н. Платонов. - М. : Советский спорт, 2005. - 486 с.
14. *Селуянов В.Н.* Физическая подготовка футболистов / В.Н. Селуянов,С.К. Сарсания, К.С.Сарсания. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 136 с.
15. *Тюленков, С.Ю.* Теоретико-методические подходы к системе управления подготовкой футболистов высокой квалификации: монография. / С.Ю. Тюленков. - М. : Физическая культура, 2007. – 246 с.
16. *Чирва, Б.Г.* Базовая и профессиональная техническая и тактическая подготовка футболистов: автореф. дис. ... д-ра.пед. наук. / Б.Г. Чирва - М. : 2008. – 26 с.

### ***III. Интернет ссылки:***

1. Официальный интернет-сайт Министерства Просвещения Российской Федерации [Электронный ресурс] - Режим доступа: (<https://edu.gov.ru/>)
2. Официальный интернет-сайт Министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс] - Режим доступа: (<http://www.minsport.gov.ru/>)
3. Официальный интернет-сайт РУСАДА [Электронный ресурс] - Режим доступа: (<http://www.rusada.ru/>)
4. Официальный интернет-сайт ВАДА [Электронный ресурс] - Режим доступа: (<http://www.wada-ama.org/>)
5. Федерация Футбола Алтайского края. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.altaifootball.ru/>
6. [Официальный сайт РФС.](http://www.rfs.ru) [Электронный ресурс]. Режим доступа: [www.rfs.ru](http://www.rfs.ru)