

**Государственное казенное учреждение социального обслуживания
Краснодарского края
«Славянский социально-реабилитационный центр
для несовершеннолетних»**

Рассмотрено
на заседании
педагогического совета
ГКУ СО КК «Славянский СРЦН»,
протокол от 27.08.2019 № 1

Утверждено
приказом ГКУ СО КК
«Славянский СРЦН»
от 27.08.2019 № 264
Директор В.Г. Селецкий



**Общеразвивающая программа
дополнительного образования
«НАШ ФУТБОЛ»**

Разработчик: руководитель физического воспитания
Сыч Ю.А.

Славянский район, пос. Совхозный
2019 год

Пояснительная записка.

Данная программа направлена на реализацию целей и задач по дополнительному образованию воспитанников социально-реабилитационного центра. Разработана на основании существующих нормативных документов для учреждений дополнительного образования, нормативных документов для учреждений дополнительного образования по физической культуре, опыта работы тренеров-преподавателей и педагогов по футболу; использованы материалы программы «Футбол» для учебно-тренировочной работы (г. Москва, 1993 год, Российский футбольный союз).

Программа модифицирована для работы в социально-реабилитационном центре для несовершеннолетних. Изменения внесены по следующим пунктам:

- в условиях приёма детей (прием и обучение детей по программе с 7 до 16 лет);
- в части возрастного диапазона по срокам обучения;
- оптимизирован объем материала программы для всех возрастов спортивно-оздоровительных групп;
- в учебном плане пересмотрено распределение количества часов по разделам программы;
- в программе снижен уровень требований к выполнению контрольных нормативов по общефизической и специальной подготовке.

Программа не предусматривает подготовку мастеров высокого класса, а направлена на оздоровление и физическое развитие детей, на формирование таких физических и психических качеств и способностей, которые позволят осваивать футбольные навыки. Программа рассчитана для работы с детьми в спортивно-оздоровительных группах.

Актуальность программы состоит в том, что она направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление воспитанников. Она актуальна в связи с возросшей популярностью футбола в России, где проводилась финальная часть Чемпионата мира по футболу 2018 года.

Отличительная особенность программы в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям, не получившим ранее практики занятий футболом, не достигшим определённых спортивных результатов, имеющим различный уровень физической подготовки, приобщиться к активным занятиям футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе.

Образовательная деятельность по программе стимулирует учащихся к дальнейшему совершенствованию физической и интеллектуальной сферы. Программа так же предоставляет возможность детям, ранее занимавшимся футболом в спортивных школах и, по каким-либо причинам, прекратившим занятия, но сохранившим интерес к виду спорта, продолжить обучение игре в футбол.

Направленность программы физкультурно-спортивная.

Особенности данной программы.

Занятия носят игровой характер и строятся по типу общей подготовки. Основное внимание уделяется разносторонней физической и функциональной подготовке с использованием средств ОФП, освоению базовых элементов техники футбола.

По окончании занятий несовершеннолетние должны выполнить нормативные требования по общей физической подготовленности и специальной подготовке.

Основная задача на этом этапе - привить стойкий интерес к футболу.

В спортивно-оздоровительной группе основной задачей является повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности учащихся, а также уделяется внимание развитию техники и тактики в футболе при помощи специальных упражнений.

Далее предусматривается снижение объема физической подготовки, увеличение времени, отводимого на техническую подготовку.

В этот период наряду с упражнениями из различных видов спорта, используются комплексы специальных подготовительных упражнений и методы тренировки, направленные на развитие специальной подготовки.

Цель программы: обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья учащихся посредством игры в футбол; воспитание гармоничной, социально активной личности.

Задачи:

- привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
- укрепление здоровья детей средствами физической культуры;
- обеспечение общефизической подготовки;
- овладение основами игры в футбол;
- привитие навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины;
- выявление перспективных детей и подростков для последующего совершенствования их спортивного мастерства в спортивных школах.

Целевая группа: несовершеннолетние в возрасте от 7 до 16 лет, находящиеся в социально-реабилитационном центре.

Срок реализации программы – 3 месяца.

Обучение осуществляется в спортивно-оздоровительных группах (СОГ).

В группы принимаются несовершеннолетние, желающие заниматься данным видом спорта. Приём осуществляется по желанию при отсутствии медицинских противопоказаний для занятий.

Группы формируются в соответствии с санитарными правилами и требованиями к наполняемости групп.

Количественный состав групп – 8-10 человек.

Для повышения эффективности занятий данная программа разделена на 2 модуля для каждой возрастной ступени:

модуль I 7-11 лет

модуль II 12-16 лет

Нагрузка в модулях дифференцирована в соответствии с возрастом воспитанников.

Место занятий: игровые площадки, спортивный зал, тренажерный зал.

Режим занятий и наполняемость учебных групп:

Модуль, возраст	Количество детей в группе	Занятия	
		Количество в неделю	Продолжительность, минут
модуль I 7-11 лет	8-10	3	45
модуль II 12-16 лет	10-12	3	45

Формы и методы проведения занятий.

Основными формами обучения игры в футбол, являются: групповые занятия, которые отвечают характеру игры в футбол, предусматривают требование взаимодействия между игроками, необходимость решения коллективных задач, а также тестирование, участие в соревнованиях.

В групповых занятиях воспитанники выполняют задания при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном. Чаще используется фронтальный метод, так как он позволяет контролировать и более полно корректировать деятельность воспитанников.

Режим занятий.

Занятия проводятся 3 раза в неделю. Продолжительность одного занятия 45 минут.

Условия реализации программы.

Кадровое обеспечение: педагоги, имеющие среднее и высшее специальное образование, имеющие опыт работы с детским коллективом, обладающие знаниями и практическими умениями вида спорта футбол, стремящиеся к профессиональному росту.

Информационное обеспечение: дидактические и учебные материалы, специализированные DVD-записи, методические разработки в области футбола.

Материально-техническое обеспечение: футбольные поля большое и малое, футбольное поле с искусственным покрытием, спортивный зал, площадки с футбольными воротами, тренажерный зал, мячи, стойки, скакалки, фишки, спортивная форма, свисток, секундомер.

Содержание программы.

Раздел 1. Теоретическая подготовка.

Физическая культура и спорт в России и за рубежом:

Спорт и физическая культура в укреплении здоровья подростка. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

Правила игры.

Правила игры в футбол, мини-футбол. Права и обязанности игроков, судей, тренеров.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Общая физическая подготовка (ОФП) решает задачу повышения общей работоспособности. В качестве основных средств, применяются: общеразвивающие упражнения, с предметами и без предметов, упражнения из других видов спорта (гимнастика, акробатика, легкая атлетика, спортивные игры).

Скоординированное развитие основных физических качеств - необходимое условие успешной подготовки футболиста.

Характеристика основных физических качеств.

Сила - это способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему.

Сила мышц - основа движения и биологический фундамент всех двигательных способностей человека. Она влияет на двигательную деятельность игрока, обусловленную выносливостью, ловкостью и гибкостью. В футболе все эти режимы деятельности встречаются в разных комбинациях. Выделяют *статическую силу* - способность развивать максимальное усилие, в статическом режиме деятельности. Она является основой для остальных видов проявлений силы: *динамической силы* - способности развивать усилие несколько раз подряд за определенное время в условиях быстрого движения и динамического режима деятельности мышц и *взрывной силы* - способности развивать максимальное усилие за очень короткий промежуток времени (в момент удара, броска, отражения мяча). В основе движения лежит разовое максимальное мышечное усилие с учетом подготовки к замаху.

Силовые упражнения обязательно следует сочетать с упражнениями на расслабление, а после применения силовых упражнений, проводить легкие пробежки, выполнять висы на перекладине, растягивания, подвижные игры. В процессе развития силы обязательно нужно использовать тренировочные средства, позволяющие мышечной системе быстро восстанавливаться.

Быстрота – это способность выполнять в определенных условиях какие-либо действия за возможно короткое время. В футболе требования к быстроте и к скоростным качествам особенно высоки. Быстрота успешно развивается именно в подростковом возрасте. Это качество необходимо развивать с первых занятий футболом. Для развития быстроты следует подбирать хорошо усвоенные и знакомые упражнения. Упражнения для развития этого физического качества включаются в тренировочные занятия сразу же после разминки, когда организм хорошо разогрелся, а признаки утомления еще не наступили.

Быстрота подразделяется на группы:

1. *Быстрота реакции и мышления* определяется временем от получения импульса до ответа на него.

2. *Быстрота выполнения простых игровых действий*. Простые действия, выполняемые с высокой скоростью, имеют две фазы: фазу возрастающей скорости и фазу стабильной скорости
3. *Быстрота выполнения сложных игровых действий* - это общее умение двигаться, различные старты, повороты и прыжки, изменения манеры и направления бега. Освоение технической стороны помогает показывать ритмичную и скоростную игру.
4. *Быстрота взаимодействия футболистов* - это организация игры, строящаяся на взаимосвязи отдельных звеньев играющих, которые решают типичные игровые ситуации. Характер комбинаций определяет стиль команды, структуру взаимодействий игроков.

Выносливость - это способность к длительной двигательной деятельности высокой интенсивности. Во время занятий футболом выносливость подразделяют на общую и специальную.

Общая выносливость определяется способностью игрока длительный период выполнять движения средней интенсивности. Работают все группы мышц, что положительно влияет и на специальную выносливость.

Специальная выносливость определяется способностью выполнять сложную двигательную деятельность продолжительное время и с высокой интенсивностью.

Вынослив не только утомляющийся позднее других, но и тот, кто продолжает активные действия, несмотря на усталость. Высокая степень этого физического качества предполагает и высокий уровень волевых качеств. Игрок видит препятствие и сознательно, усилием воли его преодолевает.

Ловкость - это способность быстро и точно координировать движения при решении самых неожиданных задач во время игры.

Ловкость разделяют на *общую и специальную*.

Задача *общей ловкости* - расширить запас двигательных навыков. Общая ловкость - основа ловкости специальной, приобретаемой воспитанниками, занимающимися футболом.

Специальная ловкость - это способность быстро и красиво выполнять двигательные действия в изменяющихся условиях игры, она является основой технической стороны игровой деятельности.

Гибкость - способность человека выполнять движения с большой амплитудой. Она зависит от подвижности суставов, эластичности мышц и связок. Гибкость разделяется на общую и специальную.

Общая гибкость - подвижность во всех суставах, она обеспечивает выполнение жизненно необходимых двигательных действий.

Специальная гибкость - это гибкость для выполнения специальных двигательных действий, где она имеет решающее значение. Упражнения на

развитие гибкости выполняются футболистами в течение всего цикла тренировки.

Подвижность - способность выполнять большой объем движений с эффективным использованием своих анатомо-физиологических данных. Подвижность позволяет выполнять технически сложные игровые действия. Максимальная подвижность успешно развивается у детей 8-15 лет, в этот период и следует уделять особое внимание ее развитию.

Средства развития ОФП

Общеразвивающие упражнения без предметов (развитие гибкости, силы, ловкости):

- упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибание и разгибание, вращение, махи, отведения и приведения, рывки на месте и в движении;
- упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы;
- упражнения для туловища;
- упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях - наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лёжа - поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища;
- упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседание на обеих и на одной ноге, выпады;
- упражнения с сопротивлением;
- упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, приседание с партнёром, переноска партнёра на спине и на плечах, с элементами сопротивления.

Общеразвивающие упражнения с предметами.

- упражнения с мячами - поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча;
- упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча;
- упражнения с гантелями, штангой: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания;
- упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперёд, назад; прыжки с поворотами;
- упражнения с малыми мячами - броски и ловля мячей после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену. Ловля мячей на месте, в прыжке, после кувырка в движении.

Акробатические упражнения.

Кувырки вперёд. Длинный кувырок вперёд. Кувырки назад. Соединение нескольких кувырков. Перекаты и перевороты.

Подвижные игры и эстафеты.

Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию.

Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения.

- Челночный бег 3х10м, бег на 60м.
- Кроссы до 1000 м (в зависимости от возраста), 6-минутный бег.
- Прыжки в длину и высоту с места и с разбега.

Спортивные игры.

Ручной мяч, баскетбол, волейбол.

Техническая и тактическая подготовка.

Эти виды подготовки при проведении занятий по футболу - основа обучения, в процессе которого осваиваются технико-тактические навыки, умение отрабатывать и совершенствовать игровые комбинации.

Техническая и тактическая подготовка включает в себя освоение специальных умений управлять мячом, а также обучение взаимодействию в игровых упражнениях и в игре. Основой игровых действий футболистов в игре является техника. В спортивных играх техника должна быть стабильной и одновременно гибкой, разнообразной и неотделимой от тактики. При обучении техническим приемам на первое место выдвигается количество повторений и их вариативность.

Раздел 3. Техническая подготовка.

«Техника» определяется, как способ «двигательного действия, с помощью которого двигательная задача решается целесообразно, с относительно большей эффективностью». Необходимо обеспечить игрокам целесообразную технику, которая представляет собой приспособление образцового варианта к индивидуальным особенностям игрока.

Прежде чем приступить к освоению основных технических приемов игры необходимо:

1. Разучивание технических приемов начинать с сильной ноги, т.е. с той, которой легче бить по мячу. После освоения этих действий переходить к разучиванию приемов другой ногой.
2. Закреплять технические приемы в обстановке, приближенной к игровой.
3. Отрабатывать технические приемы систематически до устойчивого правильного выполнения.

Раздел 4. Тактическая подготовка.

Техника подчинена в игре тактике и выполняет те функции, которые необходимы для решения тактических задач. Важно научить занимающихся следующим тактическим действиям: оценивать расстановку сил определять положение мяча в момент игры, направление полёта мяча, предугадывать действия партнёров, разгадывать замыслы противников, анализировать складывающуюся обстановку, выбирать наиболее целесообразную меру и эффективно применить её.

Основными задачами тактической подготовки является:

1. Овладение основами командных тактических действий в нападении и защите.
2. Совершенствование тактических умений с учётом амплуа футболиста.
3. Формирование умений эффективного использования технических приёмов и тактических действий в зависимости от определенных условий и внешних факторов.
4. Развитие способности к быстрым переключениям от нападения к защите и от защиты к нападению.

Тактическая подготовка подразделяется на тактику нападения и тактику защиты.

1. Тактика нападения.

- Индивидуальные действия.
- Групповые действия.
- Стандартные положения.

2. Тактика защиты.

- Индивидуальные действия.
- Стандартные положения.
- Групповые действия.
- Тактика вратаря.

Раздел 5. Игровая подготовка

Игровая подготовка включает: *учебные игры, спортивные игры, эстафеты.*

Учебные игры. Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке происходит в тренировочных играх. Они проводятся либо на одной половине площадки, либо на всей площадке. Воспитанникам дается задание по пройденному материалу.

В обучающих играх воспитанники применяют теоретические знания, отрабатывают владение мячом, командные действия, игру в нападении и защите, игру вратаря; большое значение при этом имеют установка на игру и разбор её проведения.

Спортивные игры. Одним из средств подготовки юных футболистов являются спортивные игры (баскетбол, хоккей, ручной мяч, пионербол), так как все эти игры являются командными и их объединяет общность игровых действий. Использование спортивных игр учит умению передвигаться по площадке различными способами, учит взаимодействию участников игры, развивает игровое мышление, вырабатывает командный дух, характер и волю к победе.

Эстафеты. Для развития быстроты и ловкости, как наиболее важных качеств футболиста, используются разнообразные эстафеты.

Раздел 6. Соревнования

По программе, предусматривается проведение внутригрупповых и межгрупповых соревнований по общей физической подготовке, по подвижным и спортивным играм, учебных игр по футболу.

Ожидаемые результаты.

Несовершеннолетний будет знать:

- основные приёмы и навыки игры в футбол;
- личностные качества, необходимые для достижения результатов деятельности;
- критерии позитивной самооценки, способы самореализации;
- нравственные ценности как результат коллективного взаимодействия, приобретет начальный опыт нравственной, общественно значимой деятельности;
- ценность здоровья и здорового образа жизни;
- принципы самоконтроля.

Несовершеннолетний будет уметь:

- объективно оценивать свои достижения;
- противостоять негативным воздействиям социальной среды, факторам микросоциальной среды;
- следовать принципу обдуманности при выборе варианта поведения;
- предупреждать конфликтные ситуации, предотвращать развитие конфликта в коллективе;
- осознанно стремиться к здоровому образу жизни, избегая всех форм зависимостей.

Несовершеннолетний сможет решать следующие жизненно-практические задачи:

- быть готовым к конструктивному сотрудничеству;
- предупреждать конфликтные ситуации, предотвращать развитие конфликта, зная способы выхода из него;
- адаптироваться к реальным условиям.

Рекомендуемая литература.

Основная литература:

1. Заваров А. Футбол. Уроки профессионала для начинающих (+DVD с видеокурсом). – СПб.: Питер, 2010. -208с.
2. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6 – 9 лет / Годик М.А., Мосягин С.М. –М.: Граница, 2008. -272с.

Дополнительная литература:

3. Спортивные игры: Учеб. для студентов /Ковалев В.Д, Голомазов В.А. и др. –М.: Просвещение,1988. -304с.: ил.
4. Твой олимпийский учебник: Учебное пособие для учреждений образования России. - М.: Советский спорт.20004. -152с.: ил.
5. Штейнбах В.Л. От Олимпии до Москвы: Очерки. - М.: Детская литература, 2010. – 223с.: фотоил.
6. Энциклопедия для детей (т.20) Футбол. – М.: Мир энциклопедий Аванта, 2010. -461с.

**Учебный план общеразвивающей программы
дополнительного образования
«Наш футбол»**

№ п\п	Разделы программы	Кол-во часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Теоретическая подготовка.	1	1	-
2	Общая физическая подготовка.	6	-	6
3	Техническая подготовка.	11	1	10
4	Тактическая подготовка.	9	1	8
5	Игровая подготовка.	10	1	9
6	Соревнования.	2	-	2
Всего:		39	4	35

**Календарно-тематический план общеразвивающей
программы дополнительного образования
«Наш футбол»**

Модуль 1 (7-11лет)

№ п/п	Дата проведения	Наименование разделов и тем	Количество часов	
			теория	практика
Раздел 1. Теоретическая подготовка.			1	-
1.1		Значение физической культуры и спорта в укреплении здоровья. Правила игры в футбол.	1	-
Раздел 2. Общая физическая подготовка.			-	6
2.1		Освоение упражнений, развивающих выносливость.		1
2.2		Освоение упражнений, развивающих ловкость.		1
2.3		Освоение упражнений, развивающих силовые способности.		1
2.4		Освоение упражнений, развивающих быстроту реакции и мышления.		1
2.5		Освоение упражнений, развивающих подвижность.		1
2.6		Освоение упражнений, развивающих гибкость.		1
Раздел 3. Техническая подготовка.			1	10
3.1		Техника нападения и защиты.	1	-
3.2		Освоение специальных умений управлять мячом.	-	1
3.3		Формирование умений управлять мячом.	-	1
3.4		Разучивание технических приемов нападения.	-	1
3.5		Обучение взаимодействию в игровых упражнениях.	-	1
3.6		Обучение нападению с учетом индивидуальных особенностей игрока.	-	1
3.7		Освоение техники защиты.	-	1
3.8		Формирование техники защиты.	-	1
3.9		Обучение взаимодействию в игровых упражнениях.	-	1
3.10		Закрепление технических приемов защиты.	-	1

3.11		Упражнения на закрепление технических приемов защиты.	-	1
Раздел 4. Тактическая подготовка.			1	8
4.1		Тактика нападения и защиты.	1	-
4.2		Индивидуальные действия без мяча.	-	1
4.3		Индивидуальные действия с мячом.	-	1
4.4		Разучивание простейших комбинаций при стандартных положениях.	-	1
4.5		Формирование тактических действий в нападении.	-	1
4.6		Индивидуальные действия игрока в защите.	-	1
4.7		Групповые действия игрока в защите.	-	1
4.8		Формирование тактических действий защитников и вратаря.	-	1
4.9		Разучивание игровых упражнений 1х3, 2х4, 3х5.	-	1
Раздел 5. Игровая подготовка.			1	9
5.1		Командные действия в игре.	1	-
5.2		Формирование технических и тактических навыков в игре.	-	1
5.3		Применение технических и тактических навыков в игре.	-	1
5.4		Установка на игру. Учебная игра.	-	1
5.5		Учебная игра. Анализ командных действий.	-	1
5.6		Формирование технических и тактических навыков в игре.	-	1
5.7		Передвижение по площадке различными способами в спортивных играх.	-	1
5.8		Формирование командных действий в спортивных играх.	-	1
5.9		Отработка технических и тактических навыков в игре.	-	1
5.10		Формирование взаимодействия участников команды в спортивной игре.	-	1
Раздел 6. Соревнования.			-	2
6.1		Товарищеская игра.		1
6.2		Участие в соревновании.		1
Всего:			4	35
Итого:			39	

**Календарно-тематический план общеразвивающей
программы дополнительного образования
«Наш футбол»**

Модуль 2 (12-16 лет)

№ п/п	Дата проведения	Наименование разделов и тем	Количество часов	
			теория	практика
Раздел 1. Теоретическая подготовка.			1	-
1.1		Значение физической культуры и спорта в укреплении здоровья. Правила игры в футбол.	1	-
Раздел 2. Общая физическая подготовка.			-	6
2.1		Выполнение упражнений, развивающих выносливость.		1
2.2		Выполнение упражнений, развивающих ловкость.		1
2.3		Выполнение упражнений, развивающих силовые способности.		1
2.4		Выполнение упражнений, развивающих быстроту реакции и мышления.		1
2.5		Выполнение упражнений, развивающих подвижность.		1
2.6		Выполнение упражнений, развивающих гибкость.		1
Раздел 3. Техническая подготовка.			1	10
3.1		Техника нападения и защиты.	1	-
3.2		Формирование специальных умений управлять мячом.	-	1
3.3		Применение умений управлять мячом в игровой обстановке.	-	1
3.4		Применение технических приемов нападения.	-	1
3.5		Отработка взаимодействия в игровых упражнениях.	-	1
3.6		Отработка нападения с учетом индивидуальных особенностей игрока.	-	1
3.7		Отработка техники защиты.	-	1
3.8		Применение техники защиты в игровой обстановке.	-	1
3.9		Взаимодействие защитников в игровых	-	1

		упражнениях.		
3.10		Упражнения на закрепление технических приемов защиты.	-	1
3.11		Закрепление технических приемов защиты в игровой обстановке.	-	1
Раздел 4. Тактическая подготовка.			1	8
4.1		Тактика нападения и защиты.	1	-
4.2		Индивидуальные действия без мяча.	-	1
4.3		Индивидуальные действия с мячом.	-	1
4.4		Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях.	-	1
4.5		Отработка тактических действий в нападении.	-	1
4.6		Индивидуальные действия игрока в защите.	-	1
4.7		Отработка командных действий защитников.	-	1
4.8		Отработка тактических действий защитников и вратаря.	-	1
4.9		Закрепление умений в игровых упражнениях 1х3, 2х4, 3х5.	-	1
Раздел 5. Игровая подготовка.			1	9
5.1		Командные действия в игре. Судейство.	1	-
5.2		Применение технических и тактических навыков в игре.	-	1
5.3		Закрепление технических и тактических навыков в игре.	-	1
5.4		Установка на игру. Учебная игра.	-	1
5.5		Учебная игра. Анализ командных действий.	-	1
5.6		Отработка технических и тактических навыков в игре.	-	1
5.7		Передвижение по площадке различными способами в спортивных играх.	-	1
5.8		Отработка командных действий в спортивных играх.	-	1
5.9		Закрепление технических и тактических навыков в игре.	-	1
5.10		Отработка взаимодействия участников команды в спортивной игре.	-	1
Раздел 6. Соревнования.			-	2

6.1		Товарищеская игра.		1
6.2		Участие в соревновании.		1
Всего:			4	35
Итого:			39	