




Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Приморская средняя школа  
имени Героя Советского Союза М.А. Юшкова»

<p><b>«Согласовано»</b> Заместитель директора По УВР МБОУ Приморская СШ имени Героя Советского Союза М.А.Юшкова  А.А. Загидуллина Протокол № 85 от 29.08.2023</p>	<p><b>«Утверждаю»</b> Директор МБОУ Приморская СШ имени Героя Советского Союза М.А.Юшкова  Т.В. Брацук Приказ № 85 от 29.08.2023</p> 
--	---

**Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению**  
**модуль "Футбол в школе" для 1 класса**  
**Моисеевой Галины Михайловны**

п. Приморск 2023

**Учебный модуль «Футбол»** примерной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» для образовательных организаций реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования разработан Федеральным государственным бюджетным учреждением «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» под общей редакцией Н.С. Федченко, директора ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания», кандидата педагогических наук при взаимодействии со специалистами Общероссийской общественной организации «Российский футбольный союз». Модуль прошел экспертно-методический совет ФГБУ «ФЦОМОФВ» протокол № 5 от 11 июня 2019 года, имеет положительные рекомендации и заключение.

Авторы - составители: Грибачева М.А. - заместитель директора ФГБУ «Федеральный Центр организационно-методического обеспечения физического воспитания», кандидат педагогических наук.

Анисимова М.В. - заместитель директора ФГБУ «Федеральный Центр организационно-методического обеспечения физического воспитания», почетный работник общего образования Российской Федерации.

**Целью модуля «Футбол»** (далее – модуль) является формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «футбол».

**Задачи модуля:**

- всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности; укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по футболу;
- освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития футбола в частности;
- формирование общих представлений о футболе, о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;

- формирование образовательного фундамента, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими приемами вида спорта «футбол»;

- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;

- развитие положительной мотивации и устойчивого учебно- познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;

- популяризация футбола среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям футболом, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в соревнованиях;

- выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Преимущество модуля состоит в том, что используемые в образовательной деятельности технологии футбола решают комплекс основных задач физического воспитания на всех уровнях общего образования;

создают оптимальные условия развития личности, обеспечивают гибкость и вариативность содержания образовательной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям обучающихся;

являются действенным средством укрепления здоровья детей и подростков в общеобразовательной организации;

формируют навыки собственной безопасности и культуры поведения при занятиях физической культурой и спортом;

расширяют принцип возможности интеграции уроков физической культуры с формами дополнительного физкультурного образования на основе футбола;

являясь действенным средством укрепления здоровья детей и подростков в школе, подготовки обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО и подготовки юношей к службе в Вооруженных Силах страны, формируют навыки собственной безопасности в экстремальных ситуациях современного мегаполиса.

Представленный модуль удачно сочетается практически со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура» в школе (легкая атлетика, гимнастика и т.д.), предполагая доступность освоения

учебного материала всем возрастным категориям обучающихся независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей.

Процесс реализации модуля, опираясь на интегративный подход в обучении, позволяет планомерно реализовывать поставленную цель и последовательно решать задачи физического и социального воспитания детей и подростков на протяжении всех лет их пребывания в общеобразовательной организации. В настоящее время набирает популярность женский футбол, в связи с этим, Модуль могут осваивать не только мальчики/юноши, но и девочки/девушки.

Модуль реализуется в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее –Закон), который действует в интересах обучающихся образовательных организаций и утверждает:

право образовательных организаций на самостоятельность в осуществлении образовательной деятельности и свободе в определении содержания образования, разработке и утверждении своих образовательных программ, выборе учебно-методического обеспечения, образовательных технологий по реализуемым ими образовательным программам (п. 1, п. 2, п. п. 6 п.3 ст.28 Закона);

право педагогических работников на свободу выбора и использования педагогически обоснованных форм, средств, методов обучения и воспитания, а также право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ и методов обучения и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы, отдельного учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) (п.п.2 и 3 п. 3 ст. 47 Закона).

Модуль учитывает федеральные государственные образовательные стандарты начального основного общего и основного общего образования, а также примерные основные образовательные программы начального основного общего и основного общего образования, а также направлен на реализацию цели и задач Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденной протоколом заседания коллегии Министерства просвещения

Российской Федерации от 24.12.2018 г. №ПК-1вк.

Место учебного модуля в учебном плане:

Модуль может реализовываться на уроках физической культуры в 1 – 4-х, 5 –9 и 10 –11 классах общеобразовательной организации в рамках рабочей программы по предмету «Физическая культура», являющейся обязательным компонентом содержательного раздела основной образовательной программы образовательной организации. Модуль также может реализовываться во внеурочное время. При планировании занятий футболом в рамках третьего часа урока физической культуры, изучение теоретических основ и освоение базовых элементов техники футбола предполагается в следующем объеме:

в 1 классе –33 часа, в 2-4-х классах –102 часа, в 5 - 9-х классах –170 часов, в 10-11 классах –68 часов (всего 373 часа).

В результате освоения примерной программы учебного предмета «Физическая культура» образовательных организаций, реализующих основные общеобразовательные программы, предлагаемый модуль может успешно интегрироваться со следующими разделами (модулями) программы «Знания о физической культуре», «Физическое совершенствование», «Способы физкультурной деятельности». Наиболее высокие результаты освоения модуля в плане физического развития и физической подготовленности обучающихся даст интеграция в освоении подразделов «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры» и «Гимнастика с элементами акробатики», «Подготовка и проведение соревновательных мероприятий». Также учитель имеет возможность творчески использовать учебный материал модуля (средства) в разных частях урока физической культуры с выбором различных базовых технических элементов футбола с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся (с соответствующей дозировкой их интенсивности).

**Распределение часов учебного материала  
примерной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура».  
Модуль «ФУТБОЛ».**

**Третий час урока «Физическая культура».**

**Продолжительность урока: 1 класс – 35 мин., 2-11 классы – 40 мин.**

Количество уроком в учебном году: 1 класс – 33 урока, 2-11 классы – 34 урока.

Разделы и темы уроков	Количество часов											
	Класс											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
<b>Раздел 1. Знания о футболе</b> <i>(Теоретические материалы).</i>	Реализуется: в процессе урока, в виде классного часа, домашнего задания, презентации, беседы, лекции, интегрированного урока											
<b>Раздел 2. Способы двигательной</b> <b>(физкультурной) деятельности</b> <i>(Практические и теоретические материалы для самостоятельной работы).</i>	Реализуется: в виде выполнения самостоятельных практических занятий и упражнений, индивидуальных теоретических занятий.											
<b>Раздел 3. Физическое совершенствование</b> <i>(Практические материалы).</i>	33	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
<b>Общая физическая подготовка (ОФП):</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
- Комплексы общеразвивающих упражнений и корригирующей гимнастики с мячом и без мяча	1	1	1	1	1	1	1	1	1			
- Техника передвижения и специально-беговые упражнения	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>Специальная физическая подготовка (СФП):</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	
- Подвижные игры без мяча и с мячом	4	2	2	1								
- Подвижные игры специальной направленности	4	3	2	2	2	2	2	1				
- Эстафеты специальной направленности и с элементами футбола	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1
- Комплекс упражнений на координацию, на частоту/быстроту ног		1	1	1	2	2	2	2	3	3	3	
<b>Техническая подготовка:</b>	<b>16</b>	<b>19</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>17</b>	<b>17</b>	
- Комплексы специальных упражнений для	9	7	6	5	3							



**Учебно-тематическое планирование модуля «Футбол» 1 класс.**

№	Тема занятия	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся
1	Техника передвижения (бег лицом вперед с изменением направления и скорости)	Правила безопасного поведения во время занятий футболом. Подвижная игра «Волк во рву». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Зеркало».	Знать, рассказывать и соблюдать правила техники безопасности во время занятий футболом. Знать перечень спортивной одежды и обуви для занятий футболом. Выполнять в упражнениях и подвижных играх бег лицом вперед с изменением направления и скорости.
2	Техника передвижения (бег спиной вперед)	Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Подвижная игра «Уход с финтом в сторону от соперника». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Минное поле».	Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять в упражнениях и подвижных играх бег спиной вперед.
3	Техника передвижения (бег приставными шагами и скрестный шаг)	История зарождения футбола. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Эстафета. Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота).	Знать и пересказывать факты истории зарождения футбола. Выполнять в упражнениях и подвижных играх бег приставными шагами и скрестный шаг.
4	Техника передвижения (прыжки толчком двумя ногами и одной ногой)	Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Подвижная игра «Охота на зайцев». Эстафета. Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота).	Приводить примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризовать их вклад в развитие футбола. Выполнять в упражнениях и подвижных играх прыжки толчком двумя ногами.
5	Техника передвижения (прыжки толчком одной ногой)	Подвижная игра «Опека и преследование». Подвижная игра «Зеркало». Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота).	Выполнять в упражнениях и подвижных играх прыжки толчком одной ногой.
6	Техника передвижения (бег различными способами и прыжки)	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Минное поле». Контрольно-тестовые упражнения (техника передвижения). Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота).	Выполнять в упражнениях и подвижных играх бег прыжки различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
7	Техника ведения мяча (внешней частью подъема)	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча по прямой». Игра 3х3	Выполнять ведение мяча внешней частью подъема.



		без вратарей (в малые ворота).	
8	Техника передвижения (остановка выпадам)	Подвижная игра «Развлечение, игровое состязание». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра 1x1 на площадке 6x6.	Выполнять в упражнениях и подвижных играх остановку выпадам.
9	Техника ведения мяча (средней частью подъема)	Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. Подвижная игра «Догонялки». Игра 1x1 на площадке 6x6.	Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять ведение мяча средней частью подъема.
10	Техника ведение мяча (внешней частью подъема)	Подвижная игра «Легкий бег, игра, упражнения на гибкость и растягивание». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча.	Выполнять ведение мяча внешней частью подъема.
11	Техника ведения мяча (внешней частью и серединой подъема)	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Движение с мячом в разных направлениях». Подвижная игра «Зеркало». Контрольно-тестовые упражнения (техника ведения мяча).	Выполнять ведение мяча внешней частью и серединой подъема. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
12	Техника ведение мяча (внутренней стороной стопы)	Подвижная игра «Охотники и волки». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Догонялки».	Выполнять ведение мяча внутренней стороной стопы.
13	Техника передвижения (повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге)	История зарождения футбола. Подвижная игра «Финты корпусом». Эстафета. Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча.	Знать и пересказывать факты истории зарождения футбола. Выполнять в упражнениях и подвижных играх повороты переступанием, прыжком, на опорную ногу.
14	Техника ведения мяча (различными способами)	Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Движение с мячом в разных направлениях». Игра 3x3 без вратаря (в малые ворота).	Выполнять ведение мяча различными способами.
15	Техника ведения мяча (различными способами)	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча по прямой». Подвижная игра «Уход с финтом в сторону от соперника». Контрольно-тестовые упражнения (техника ведения мяча, прыжок в длину с места).	Правильной выполнять ведение мяча различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
16	Техника передвижения. Техника ведения мяча (различными способами).	Режим дня при занятиях футболом. Правила личной гигиены во время занятий футболом. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча и обвод стояк». Подвижная игра «Минное поле».	Знать и рассказывать режим дня, правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.

17	Техника передвижения. Техника ведения мяча (различными способами).	«Движение с мячом в разных направлениях». Эстафета. Подвижная игра «Опека и преследование».	Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.
18	Техника ведения мяча (различными способами).	Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Догонялки». Игра 1x1 на площадке 6x6.	Приводить примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризовать их вклад в развитие футбола. Выполнять ведения мяча различными способами.
19	Техника ведения мяча (различными способами).	Подвижная игра «Колдовское царство». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча.	Выполнять ведение мяча различными способами.
20	Техника передвижения. Техника ведения мяча (различными способами).	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча и обвод стояк». Эстафета. Контрольно-тестовые упражнения (челночный бег).	Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
21	Техника ведения мяча (различными способами).	Подвижная игра «Развлечение, игровое состязание». «Ведение мяча и обвод стояк». Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча.	Выполнять ведение мяча различными способами.
22	Техника ведения мяча (различными способами).	Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. «Движение с мячом в разных направлениях». Игра 1x1 на площадке 6x6.	Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять ведение мяча различными способами.
23	Техника передвижения. Техника ведения мяча (различными способами).	История зарождения футбола. Подвижная игра «Волки-зайцы». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Эстафета.	Знать и пересказывать факты истории зарождения футбола. Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.
24	Техника ведения мяча (различными способами).	Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча. «Ведение мяча и обвод стояк». Игра 3x3 без вратарей на малые ворота.	Выполнять ведение мяча различными способами.
25	Техника ведения мяча (различными способами).	Подвижная игра «Легкий бег, игра, упражнения на гибкость и растягивание». «Бег с мячом по прямой». Подвижная игра «Замри-отомри». Контрольно-тестовые упражнения (ведение).	Выполнять ведение мяча различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
26	Техника передвижения. Техника ведения мяча (различными способами).	Футбольный словарь терминов и определений. «Движение с мячом в разных направлениях». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Эстафета.	Знать, понимать, применять в образовательной, тренировочной, игровой деятельности футбольные термины и определения. Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.
27	Техника ведения мяча (различными способами).	Подвижная игра «Финты корпусом». Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча. Игра 1x1 на площадке 6x6.	Выполнять ведение мяча различными способами.

28	Техника ведения мяча (различными способами).	Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. «Движение с мячом в разных направлениях». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра 2х2 без вратарей на малые ворота.	Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять ведение мяча различными способами.
29	Техника ведения мяча (различными способами).	Подвижная игра «Уход с финтом в сторону от соперника». «Ведение мяча и обвод стояк». Игра 3х3 без вратарей на малые ворота. Контрольно-тестовые упражнения (жонглирование).	Выполнять ведение мяча различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
30	Техника ведения мяча (различными способами).	Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Замри-отомри». Игра 2х2 без вратарей на малые ворота.	Приводить примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризовать их вклад в развитие футбола. Выполнять ведение мяча различными способами.
31	Техника ведения мяча (различными способами).	Подвижная игра «Опека и преследование». «Движение с мячом в разных направлениях». Игра 3х3 без вратарей на малые ворота.	Выполнять ведение мяча различными способами.
32	Техника ведения мяча (различными способами).	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Контрольно-тестовые упражнения (ведение, обвод фишек и удар по малым воротам). Игра 3х3 без вратарей на малые ворота.	Выполнять ведение мяча различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
33	Техника ведения мяча (различными способами).	Подвижная игра «Замри-отомри». Игра 3х3 без вратарей на малые ворота.	Выполнять ведение мяча различными способами.

**Методические материалы рекомендованные  
для проведения уроков Проекта «Футбол в школе» (Приложение к учебно-тематическому планированию).**

№ п/п	Название игр, упражнений и др.	Место проведение	Тема занятий	Часть урока	Класс	Литература	Страница, упражнение
<b>Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом и без мяча</b>							
	С футбольными мячами			подготовительная	1-2	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.  «Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.  Комплекс упражнений для юных футболистов 6-12 лет. А.В. Лексаков	стр. 43-44, упр.1
	С футбольными мячами			подготовительная	3		стр. 49-50, упр.5
	С футбольными мячами			подготовительная	4		стр. 56-57, упр.13
	С футбольными мячами			подготовительная	5-7		стр. 27-28
	С футбольными мячами			подготовительная	7-9		стр. 51-54
	С футбольными мячами			подготовительная	1-9		стр. 18-20, упр. 47-51; 53—60; 62 (выборочно согласно уровня физической подготовленности учащихся)
<b>Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных футбольных упражнений</b>							
				подготовительная	2		
				подготовительная	3		
				подготовительная	4		
				подготовительная	5		
<b>Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов игрока</b>							
	Упражнения для формирования технических приемов и футбольную координацию			Подготовительная (2-5 кл.) основная (1 кл.)	1-5	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр. 50

**Подвижные игры без мяча и с мячом**

Без мяча							
	«Волк во рву»		подготовительная	1-2	«Первые шаги в футболе», Варюшин В.В., Лопачев Р.Ю.	стр.72	
	«Охота на зайцев»		подготовительная	1-2		стр.73	
	«Салки»*		подготовительная	1-2		стр.85	
	«Догонялки»		подготовительная	1-2		стр.87	
	«Колдовское царство» («Заморозки»)		подготовительная	1-3		стр.89	
	«Охотники и волки»		подготовительная	1-3		стр.77	
	«К своим флажкам»		подготовительная	2-4		стр.83	
	«Салки цепочкой» (улица)		подготовительная	2-5		стр.75	
	«Невод» («Рыбаки и рыбки»)*		подготовительная	2-3	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр.206	
	«Мяч ловцу»		подготовительная	3-4		стр.207	
	«Реакция и быстрота движений»		подготовительная	3-4		стр.218	
	«Финты корпусом» (без мячей)		подготовительная	4-5		стр.219	
С мячом							
	«Кто быстрее» (мяч в руках)		подготовительная	2-4	«Первые шаги в футболе», Варюшин В.В., Лопачев Р.Ю.	стр.70	
	«Укради мяч»		подготовительная	2-5	«Специальные подвижные игры в многолетней подготовке юных футболистов». Шагин Н.И.	стр.125, упр.76	
	«Снайперы» (руками)		подготовительная	4-5		стр.114, упр.48	
	«Регби 5»		подготовительная	4-9		стр.104, упр.22	
	«Волна» («Ручной мяч»)		подготовительная	4-9		стр.123, упр.72	
	«Квадрат по парам» (улица)		подготовительная	7-9		стр.104, упр.23	
Подвижные игры специальной направленности							
	«Волки-зайцы»		подготовительная	1-3	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр.53	
	«Уход с финтом в сторону от соперника» (по прямой)		подготовительная	1-2	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр.71, упр.1	
	«Опека и преследование»		подготовительная	1-2		стр.71, упр.2	
	«Развлечение, игровое состязание» («Укради мяч»)		подготовительная	1-2		стр.72, упр.3	
	«Хвостики» (без мячей)		подготовительная	1-2	«Специальные подвижные игры в	стр.118, упр.58	

	«Крокодилы и страусы»			подготовительная	2	многолетней подготовке юных футболистов». Шагин Н.И.	стр.119, упр.59
	«Коршун и наседка»			подготовительная	2-3		стр.123, упр.70
	«Догони «хвостик»			подготовительная	2-4		стр.93, упр.5
	«Пары»			подготовительная	2-4		стр.97, упр.11
	«Салки Зайцы-Волки с мячом в ногах у зайцев»		ведение с изм. напр. финты	подготовительная основная	3-7		стр.55
	«Охота три цвета»		ведение, финты, отбор	основная заключительная	3-7		стр.92, упр.3
	«Салки Зайцы-Волки с мячом в ногах у выборочных зайцев» *		ведение с изм. напр., передача	подготовительная основная	3-7		стр.56
	«Зеркало»		ведение с изм. напр., финты	подготовительная основная	3-7		стр.105, упр.26
	«Четыре квадрата» (улица)		ведение, финты	основная	4-11		стр.109, упр.36
	«Четыре конуса» (улица)		ведение, финты	подготовительная основная	4-11		стр.110, упр.37
	«Ведение, дриблинг, финты-переход границы»		ведение, финты, отбор	основная заключительная	4-11		стр.103, упр.21
	«Мосты» (улица)		ведение, финты, отбор	основная заключительная	5-11		стр.99, упр.13
	«Выбивной»		ведение, финты	основная	5-11		стр.108, упр.34
	«Три цвета» (улица)		ведение, передачи, прием мяча	основная	6-11		стр.142, упр.114
	«Ведение, дриблинг, финты-два квадрата»		ведение, финты, отбор	основная заключительная	6-11	стр.105, упр.25	
	«Легкий бег, игра, упражнения на гибкость и растягивание»			подготовительная	1-4	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр.72, упр.4
	«Смена направления и скорости движения»			подготовительная	3-4		стр.76, упр.1
	«Подвижные веселые игры» («Тоннель»)*			подготовительная	3-4		стр.77, упр.3
	«Техника старта, остановки, преследования...»*			подготовительная	4-5		стр.82, упр.2
	«Финты корпусом» (в круге)			подготовительная	4-5		стр.89, упр.2

<b>Эстафеты специальной направленности и с элементами футбола</b>							
	Эстафеты с элементами футбола			подготовительная основная	1-11	Комплексе упражнений для юных футболистов 6-12 лет. А.В. Лексаков	стр. 71; 73-75, упр. 1-4; 15-17+обвод конусов; 21
	Эстафеты с элементами футбола			подготовительная основная	1-11	«Первые шаги в футболе», В.В. Варюшин, Р.Ю. Лопачев.	стр. 93, упр.2
	«Эстафета»			подготовительная основная	3-11	«Специальные подвижные игры в многолетней подготовке юных футболистов». Шагин Н.И.	стр.115, упр.49
<b>Комплексы упражнений для развития физических качеств</b>							
<b>Упражнения на частоту беговых движений ног</b>							
	Упражнения на частоту беговых движений в виде эстафеты			подготовительная основная	2-5	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр. 56
<b>Комплекс беговых упражнений</b>							
	Специально беговые упражнения			подготовительная	8-11	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр. 169-172 (выборочно согласно уровня физической подготовленности учащихся)
	Специально беговые упражнения ФИФА 11+.			подготовительная	3-11	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр. 79-80
<b>Комплекс упражнений на координацию, гибкость</b>							
	Упражнения с мячом на общую и футбольную координацию			подготовительная	1-7	Комплексе упражнений для юных футболистов 6-12 лет. А.В. Лексаков	стр. 11-14, 16, упр. 1-8; 10-15; 17-23; 26-28; 38 (выборочно согласно уровня физической подготовленности учащихся)
<b>Развитие быстроты и скоростных способностей</b>							

	<i>Эстафеты на развитие быстроты*</i>			подготовительная основная	3-11	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр.220-221
	<i>Прыжковые упражнения*</i>			подготовительная	2-11		стр. 177-178 (выборочно согласно уровня физической подготовленности и учащихся)
<b>Круговые тренировки</b>							
	<i>Круговые тренировки-упражнения по станциям*</i>			основная	3-11	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр. 57
<b>Техника передвижения</b>							
1	«Эстафета»			подготовительная	1	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр. 2
2	«Минное поле»			подготовительная	1		стр.34
3	«Зеркало»			подготовительная	1		стр.33
4	«Паровозик»			подготовительная	1-2		стр.35
5	«Домики»			подготовительная	1-2		стр.36
6	«Цепочка»			подготовительная	2		стр.55
7	«Змейка»			подготовительная	2		стр.54
8	«Зайцы в огороде»			подготовительная	2-3	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр.205
9	«Прыжки по полоскам»			подготовительная	2-3		стр.210
10	«Пути»			подготовительная	3-5	«Специальные подвижные игры в многолетней подготовке юных футболистов». Шагин Н.И.	стр.96, упр.9
<b>Ведение мяча и развороты</b>							
	«Ведение мяча по прямой в медленном темпе» (касание мяча на каждый шаг)		ведение мяча	основная (обучение)	1	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	стр.102, упр.1
	«Ведение мяча по прямой в медленном темпе» (попеременно правой и левой ногой)		ведение мяча	основная (обучение)	1		стр.102, упр.2



	«Ведение мяча по кругу» (диаметр 2-3 шага)		ведение мяча (внутренней стороной стопы)	основная (обучение)	1		стр.102, упр.3
	«Ведение мяча по кругу» (диаметр 6-7 шагов)		ведение мяча	основная	1		стр.103, упр.4
	«Ведение мяча по восьмерке»		ведение мяча	основная	1		стр.103, упр.5
	«Бег с мячом (ведение мяча) по прямой»		ведение мяча	основная	1-2	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр.72, упр.1
	«Движение (ведение) с мячом в разных направлениях»		ведение мяча с изм. напр.	основная	1-2		стр.73, упр.2
	«Ведение мяча и обвод стояк»		ведение мяча с изм. напр.	основная	1-2		стр.73, упр.3
	«Минное поле» с ведение мяча		ведение мяча	основная	1-2	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр.40
	«Догонялки»		ведение мяча	основная	1-2		стр.39
	«Замри-отомри»		ведение и остановка мяча подошвой	основная	1-2		стр.41
	«Охотники»		ведение мяча	основная	1-3		стр.42
	«Ведение мяча без смены бьющей ноги» *		ведение мяча	основная	2	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	стр.104, упр.6
	«Ведение мяча зигзагообразно со сменой бьющей ноги» *		ведение мяча	основная	2		стр.105, упр.7
	«Ведение мяча по слаломной трассе» *		ведение мяча	основная	3		стр.105, упр.9
	«Ведение мяча внутренней и внешней сторонами стопы»		ведение мяча и разворот	основная	2-3	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр.74, упр.4
	«Ведение мяча с уходом от преследования»		ведение мяча	основная	2-3		стр.74, упр.5
	«Игра по номерам»		ведение мяча	подготовительная заклучительная	2-4	«Специальные подвижные игры в многолетней подготовке юных футболистов». Шагин Н.И.	стр.116, упр.52
	«Дружба»		ведение мяча	подготовительная	2-4		стр.118, упр.55
	«Хвостики» (с мячом)		ведение мяча	подготовительная	2-4		стр.118, упр.58
	«Салки с мячом в ногах»		ведение мяча с изм. напр.	подготовительная основная	2-5		стр.52
	«Салки с ранениями с мячом в		ведение мяча	подготовительная	2-5		стр.54

	ногах»		с изм. напр.	основная			
	«Кто лишний»		ведение и остановка мяча	подготовительная основная	2-5		стр.116, упр.50
	«Догонялки вокруг конусов»		ведение мяча	основная	2-5	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр.63
	«Кто быстрее» (с ведением на улице)		ведение мяча и развороты	основная	3-5	«Первые шаги в футболе», Варюшин В.В., Лопачев Р.Ю.	стр.70
	«Приветствие»		ведение мяча	подготовительная	3-5	«Специальные подвижные игры в многолетней подготовке юных футболистов». Шагин Н.И.	стр.121, упр.65
	«Дом»		ведение мяча	подготовительная основная	3-7		стр.93, упр.4
	«Пройти через линию ворот»		ведение мяча	подготовительная основная	3-7		стр.95, упр.7
	«Салки с неводом»		ведение мяча с изм. напр.	подготовительная основная	4-7		стр.63
	«Салки убегающих игроков с мячом в ногах»		ведение мяча с изм. напр.	подготовительная основная	5-9		стр.73
<b>Передачи мяча ногой</b>							
	Передача внутренней стороной стопы		передача мяча ногой	описание	2-3	«Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет». Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А., Котенко Н.В.	стр.141
	«Передача внутренней стороной стопы» (имитация и по неподвижному мячу)		передача мяча ногой	основная (обучение)	2	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	стр.60, упр.1-2
	«Передача внутренней стороной стопы» (в парах по неподвижному мячу)		передача мяча ногой	основная (обучение)	2		стр.60-61, упр.3-4
	«Передача внутренней стороной стопы» (в кругу)		передача мяча ногой	основная	2		стр.60-61, упр.
	«Передача мяча в парах в движении»		передача мяча ногой	основная	3-7		стр.155 упр.2
	«Передача мяча по кругу»		передача мяча ногой	основная	3-7		стр.156 упр.3
	«Передачи и остановка мяча со сменой положения мест		передача и остановка мяча	основная (3-4 кл.) подготовительная	3-11	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А.,	стр.75, упр. 6

	вперед»			(5-7 кл.)		Круглых В.А.,		
	«Передача и остановка мяча со сменной положения мест назад»		передача и остановка мяча	основная (3-4 кл.) подготовительная (5-7 кл.)	3-11			стр.75, упр. 7
	«Передача мяча в треугольнике»		передача и остановка (прием) мяча	основная (3-4 кл.) подготовительная (5-7 кл.)	3-11			стр.75, упр. 8
	«Короткие передачи в движении вперед спиной»		передача и остановка мяча	основная (3-4 кл.) подготовительная (5-7 кл.)	3-11			стр.76, упр. 9
	«Короткие передачи в движении (в квадрате)»		передача и прием мяча	основная (4-5 кл.) подготовительная (6-9 кл.)	4-11			стр.90, упр. 1
	«Короткие передачи»		короткие передачи	подготовительная	5-8			стр.92, упр.5
	Комбинации «Стенка»		передача мяча	основная (5-8 кл.) подготовительная (9-11 кл.)	5-11		стр.191, упр.16	
	«1х1 – передачи на точность»		передача и прием (остановка) мяча	основная	4-7	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр.113	
	«1х1 прием мяча с уходом в сторону»		передача прием (остановка) мяча	основная (4-8 кл.) подготовительная (9-11 кл.)	4-11			стр.120
	«Передача мяча в тройках через центр»		передача мяча	основная (5-8 кл.) подготовительная (9-11 кл.)	5-11	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	стр.156 упр.7	
	«Верх-низ»		передача мяча и ведение	подготовительная	7-11	«Специальные подвижные игры в многолетней подготовке юных футболистов». Шагин Н.И.	стр.91, упр.2	
<b>Остановка мяча (подошвой, внутренней стороной стопы, средней частью подъема, бедром, грудью)</b>								
	Остановка мяча: «Подошвой», «Внутренней стороной стопы»		остановка мяча	описание	2-3	«Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет». Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А., Котенко Н.В.	стр.19-20	
	«Остановка мяча подошвой» (по неподвижному мячу в		остановка мяча	основная (обучение)	2	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	стр.91 упр.11-12	

	стенку 3-4 м. и в парах 5-6 м.)						
	«Остановка мяча подошвой» (в кругу)		остановка мяча	основная	2		стр.91 упр.13
	«Остановка мяча подошвой» (в парах 8-9 м.)		остановка мяча	основная	2		стр.91 упр.14
	«Остановка мяча внутренней стороной стопы» (по неподвижному мячу в стенку 3-4 м. и в парах 5-6 м., 8- 9 м.)		остановка мяча	основная (обучение)	3		стр.89-90 упр.1-2, 4
	«Остановка мяча внутренней стороной стопы» (в кругу)		остановка мяча	основная	3		стр.90 упр.3
	Остановка мяча: «Подъемом», «Бедром»		остановка мяча	описание	5-6	«Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет». Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А., Котенко Н.В.	стр.19-20
	«Остановка мяча средней частью подъема»		остановка мяча	основная (обучение)	6	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	стр.91-92, упр.20-22
	«Остановка мяча бедром»		остановка мяча	основная (обучение)	6		стр.98-99, упр.1-4
	Остановка мяча: «Грудью»		остановка мяча	описание	8	«Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет». Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А., Котенко Н.В.	стр.19-20
	«Остановка мяча грудью»		остановка мяча	основная (обучение)	8	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	стр.96, упр.1-3
<b>Удары по мячу ногой</b>							
	Удары по мячу: внутренней стороной подъема, серединой подъема, внутренней частью подъема, внешней частью подъема, головой		удар по мячу ногой	описание	2-7	«Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет». Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А., Котенко Н.В.	стр. 21-25
	Удар по мячу средней частью подъема (имитация и по неподвижному мячу в стенку 3-4 м.).		удар по мячу ногой	основная (обучение)	2	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	стр.62, упр.1-2
	Удар по мячу средней частью		удар по мячу	основная	2		стр.62, упр.3-4

	подъема (в парах с короткого разбега)		ногой	(закрепление)			
	Удар по мячу внутренней частью подъема (имитация и по неподвижному мячу в стенку 3-4 м.).		удар по мячу ногой	основная (обучение)	3		стр.62, упр.1-2
	Удар по мячу внутренней частью подъема (в парах с короткого разбега)		удар по мячу ногой	основная (закрепление)	3		стр.62, упр.3-4
	«Старты с ударом по воротам»		удар по мячу ногой	основная	2-5	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр.70; 99
	«Вышибалы» (удары средней и внутренней частью подъема)		удар по мячу ногой	основная	2-6		стр.67
	«Снайперы» (удары средней и внутренней частью подъема)		удар по мячу ногой	основная	2-6		стр.68
	«Перестрелка» (удары средней и внутренней частью подъема)		удар по мячу ногой	основная	2-6		стр.69
	«За мячом противника»		удар по мячу ногой	основная	3-5	«Первые шаги в футболе», Варюшин В.В., Лопачев Р.Ю.	стр.69
	Обвод стояк и удар по воротам		удар по мячу ногой	основная	3-7	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	стр.162, упр.2
	Передачи в парах и удар по воротам		удар по мячу ногой	основная	3-7		стр.162, упр.3
	«Вышибалы в кругу»		удар по мячу ногой	подготовительная основная	3-7	«Специальные подвижные игры в многолетней подготовке юных футболистов». Шагин Н.И.	стр.112, упр.42
	«1-2-3» (улица)		удар по мячу ногой	основная	4-11		стр.138, упр.105
	«Игра 1x1 по цветам» (улица)		удар по мячу ногой	основная	5-11		стр.139, упр.108
	Удар по ворота после комбинации «Стенка»		удар по мячу ногой	основная	3-11	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр.88, упр.10
	Отработка ударов по воротам		удар по мячу ногой	основная	5-11	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр.93, упр.8
	Ведение мяча с ударом по воротам		удар по мячу ногой	основная	5-11		стр. 94, упр.9

<b>Обманные движения (финты)</b>							
	Финты: «Ложный замах на удар», «Ложная остановка», «Показ корпусом», «Уход с мячом в сторону», «Выпад в сторону», «Оставь мяч партнеру», «Переступание через мяч»		финты	описание	3-5	«Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет». Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А., Котенко Н.В.	стр.25-29
	«Ведение мяча и имитация остановки» (финт «Ложная остановка»)		финты	основная (обучение)	3	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	стр.110, упр.6
	«Уход с мячом в сторону» (финт «Уход с мячом в сторону»)		финты	основная (обучение)	3		стр.110, упр.7
	«Обманный выпад в сторону» (финт «Выпад в сторону»)		финты	основная (обучение)	4		стр.110, упр.8
	«Переступание через мяч» (финт «Переступание через мяч»)		финты	основная (обучение)	5		стр.112, упр.16
	«Обманные движения» (финт «Показ корпусом»)		финты	основная (обучение)	5-6	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр.190, упр.12
	«Один в один»		финты, отбор	основная заключительная	3-7	«Специальные подвижные игры в многолетней подготовке юных футболистов». Шагин Н.И.	стр.111, упр.39
	Игра 1x1 «в двое малых ворот»		финты, отбор	основная	1-3	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр.71
	Игра 1x1 «с разными заданиями»		финты, отбор	основная	3-4		стр.87
	Игра 1x1 + вратарь		финты, отбор	основная	3-6		стр.100
	Игра 2x1 (с завершением в малые ворота)		передача, финты, отбор	основная	3-6		
<b>Отбор мяча</b>							
	«Отбор мяча накладыванием		отбор мяча	основная	3	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л.,	стр.121, упр.2

	стопы» (на месте)			(обучение)		Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	
	«Отбор мяча накладыванием стопы» (с имитацией удара)		отбор мяча	основная (обучение)	3		стр.121, упр.3
	«Отбор мяча выбиванием» (лицом к сопернику)		отбор мяча	основная (обучение)	3		стр.121, упр.4
	«Отбор мяча выбиванием» (с боку)		отбор мяча	основная (обучение)	3		стр.121, упр.5
	«Отбор мяча перехватом»		отбор мяча	основная (обучение)	4		стр.121, упр.6
	«Отбор мяча корпусом»		отбор мяча	основная (обучение)	5		стр.121, упр.7
	«Старты с ударом по воротам» (в с/зале без удара по воротам отбор мяча корпусом, ведение вперед 3-5 м.)		отбор мяча	основная	5-7	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 5-9 классах. РФС.	стр. 54
<b>Удар по мячу головой.</b>							
<b>В 8-9 классах (мальчики, девочки), в 10-11 классах (девочки) рекомендуется использовать волейбольные мячи.</b>							
	Удар по мячу головой (стоя возле стены).		удар по мячу головой	основная (обучение)	8	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	стр. 80, упр.1
	Удар по мячу головой (один сидит)		удар по мячу головой	основная (обучение)	8		стр. 80, упр.2
	Удар по мячу головой в прыжке (без набивного мяча)		удар по мячу головой	основная	8		стр. 81, упр.7
	Удар по мячу головой (в колонне или в парах)		удар по мячу головой	основная	8		стр. 82, упр.9
	Удар по мячу головой		удар по мячу головой	основная	10-11	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр. 87, упр.8
<b>Вбрасывание мяча из-за боковой линии</b>							
	Вбрасывание мяча из-за боковой линии			основная	5-6	«Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет». Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А., Котенко Н.В.	стр. 30-31
<b>Техника владения мячом игры вратаря</b>							

**Элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках**

«2 х вратарь с ударом по воротам»		удар по мячу ногой	основная	4-11	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр.144
Диагональные передачи и завершение атаки		удар по мячу ногой	основная	6-11	«Программа интегративного курса физического воспитания». Грибачева М.А., Круглых В.А.	стр. 197, упр.32
Передачи в тройках и удар по воротам		удар по мячу ногой	основная	8-11	«Мини-футбол игра для всех». Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г.	стр.166, упр.13

**Взаимодействие, контроль мяча**

«Квадрат 3x1, 4x1, 4x2» (улица)		взаимодействие и контроль мяча	основная заключительная	5-11	«Специальные подвижные игры в многолетней подготовке юных футболистов». Шагин Н.И.	стр.111, упр.40
Игра 2x1 + вратарь (с завершением в одни ворота)		взаимодействие (финты, отбор)	основная	5-9	Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в 1-4 классах. РФС.	стр.145
Игра 2x2 (с завершением в малые ворота)		взаимодействие (финты, отбор)	основная	5-9		стр.116
Игра 2x2 + вратарь (с завершением в одни ворота)		взаимодействие (финты, отбор)	основная	5-9		

**Тактика нападения (в процессе игры)**

--	--	--	--	--	--	--

**Тактика защиты (в процессе игры)**

--	--	--	--	--	--	--

**Коллективное ведение игры в футбол по упрощенным правилам**

Игра 1x1 на площадке 5x5			заклучительная	1-2		
Игры 2x2; 3x3; 4x4 малые ворота без вратарей (выборочно согласно уровню физической подготовленности учащихся и имеющейся инфраструктуры)			заклучительная	2-9		

**Учебная игра (4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8, 9x9)**

Игры 5x5; 6x6; 7x7; 8x8; 9x9 ворота 2x3 или 2x5 с вратарями			заклучительная	2-11		
---	--	--	----------------	------	--	--



(выборочно согласно уровню физической подготовленности учащихся и имеющейся инфраструктуры)							
---	--	--	--	--	--	--	--

Примечание: \* - данные упражнения, подвижные игры не указаны в календарно-тематическом планировании, но они могут быть использованы учителем как альтернативные упражнения по темам урока.