

ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ

Для достижения основной цели программы оценивается уровень физической подготовки в начале и в конце учебного года.

1. Бег 30метров.
2. Челночный бег 3 x 10метров (ловкость, координация).
3. Удар по неподвижному мячу (техника, сила удара, расстояние).
4. Ведение по прямой 10 метров.
5. Удары по воротам с расстояния 5метров (число попаданий, техника удара).

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема занятий	Кол-во часов	
		1 год обучения	2 год обучения
1	Ознакомление со спортивной игрой футбол в целом	2	2
2	Научись владеть мячом	4	4
3	Бег с ведением мяча	10	10
4	Пас	10	10
5	Удар по воротам	10	10
6	«Чтобы сильным быть и ловким, всем нужна нам тренировка»	18	18
7	Овладей приемами игры в футбол	6	4
8	Игра по упрощенным правилам	6	
9	Углубленное разучивание правил игры футбол	6	14
Итого часов		72	72