

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
города Калининграда средняя общеобразовательная школа №19

Согласовано
на педагогическом совете
Протокол № 13
от «29» августа 2019 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Футбол»
2-4 класс

Содержание

1. Пояснительная записка.
2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности
3. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности
4. Тематическое планирование

1. Пояснительная записка

Программа по футболу разработана на основании требований нормативных документов Министерства образования и науки Российской Федерации. Основными документами, на основании которых составлена программа по футболу являются:

1. Новый федеральный государственный образовательный стандарт общего образования;
2. Постановление от 29 декабря 2010 г. № 189 «Об утверждении Сан.ПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях"».

Программа создана на основе курса обучения игре в футбол. Технические приемы, тактические действия и игра в футбол таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей.

Данная образовательная программа по мини-футболу разработана для учебно-тренировочной группы с периодом в **1 год обучения**.

Продолжительность учебно-тренировочных занятий в течение учебного года следующая:

- при нагрузке 2 часа в неделю(68 часов в год) – 2 раза в неделю по 1 часа.

Формой занятий является тренировочный занятия по обучению и совершенствованию необходимых навыков и умений, обучающихся 2-4 классов.

2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

В результате реализации программы учащиеся должны знать:

- историю появления, развитие футбола;
- терминологию технических приёмов игры;
- официальные правила;
- гигиенические требования, предъявляемые к инвентарю, одежде занимающегося.
- в сотрудничестве с учителем, с классом находить несколько вариантов решения учебной задачи.
- адекватно воспринимать оценки учителя, товарищей, при необходимости вносить коррективы в действия.
- сохранять интерес к учебному материалу.
- решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий.

В результате реализации программы учащиеся 2-4 классов должны овладеть основными действиями и приемами игры в футбол, принимать участие во внутри классных и внутри школьных соревнованиях по футболу.

В результате реализации программы учащиеся должны уметь самостоятельно заниматься во внеурочное время и проводить соревнования по упрощённым правилам, соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма во время игры в футбол.

Результаты освоения программы по каждому тематическому разделу

Тема	Кол-во занятий	Планируемые образовательные результаты
Техника безопасности на занятиях по мини-футболу	1	Личностные результаты: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

<p>Гигиена спортсмена и закаливание, режим тренировочных занятий и отдыха</p>		<p>Метапредметные результаты: организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;</p> <p>Предметные результаты: планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека;</p>
<p>История развития мирового и отечественного футбола. Правила соревнований по футболу</p>	1	<p>Личностные результаты: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</p> <p>Метапредметные результаты: организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;</p> <p>Предметные результаты: планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека;</p>
<p>Физическая культура и спорт в России. Подготовка мест занятий, их оборудование</p>	1	<p>Личностные результаты: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</p> <p>Метапредметные результаты: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;</p> <p>Предметные результаты: излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека;</p>
<p>Общая физическая подготовка</p>	10	<p>Личностные результаты: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</p> <p>Метапредметные результаты: организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;</p> <p>Предметные результаты: представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;</p>
<p>Специальная физическая</p>	13	<p>Личностные результаты: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в</p>

подготовка		различных (нестандартных) ситуациях и условиях; Метапредметные результаты: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Предметные результаты: планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры.
Техническая подготовка	16	Личностные результаты: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Метапредметные результаты: видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; Предметные результаты: представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
Тактическая подготовка	10	Личностные результаты: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; Метапредметные результаты: видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; Предметные результаты: оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
Игровая подготовка	8	Личностные результаты: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; Метапредметные результаты: видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; Предметные результаты: оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и

		уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
Соревнования (согласно календаря)	8	Личностные результаты: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; Метапредметные результаты: видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; Предметные результаты: оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
Контрольные испытания	3	
Итого	68	

3. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Теоретическая подготовка

1. Физическая культура и спорт в России. Значение физической культуры для подготовки людей к трудовой деятельности, к защите Родины. Влияние спорта на укрепление здоровья.

2. История развития мирового и отечественного футбола.

Возникновение футбола, характеристика футбола в целом. Футбол, как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение.. История отечественного футбола.

3. Гигиена спортсмена и закаливание. Режим дня и режим питания, гигиена сна, уход за кожей, ногтями, волосами и ногами, гигиена полости рта, гигиеническое значение водных процедур, правила применения солнечных ванн, гигиена одежды, обуви и мест занятий.

4. Места занятий, их оборудование и подготовка. Ознакомление с местами занятий по футболу. Оборудование и инвентарь, требования к спортивной одежде и обуви для занятий и соревнований. Правила пользования спортивным инвентарём. Самостоятельная подготовка спортивной одежды, обуви, инвентаря и мест занятий по футболу. Техника безопасности во время занятий футболом. Правила пользования спортивным инвентарём. Расположение группы и отдельных учащихся во время занятий. Дисциплина — основа безопасности во время занятий футболом. Возможные травмы и их предупреждение.

5. Правила соревнований по футболу. Знакомство с правилами соревнований.

Практическая подготовка

Общая физическая подготовка. имеет своей целью укрепление здоровья, закаливание, развитие разносторонних физических способностей, повышение работоспособности организма занимающихся, что, в конечном счете, предполагает создание прочной базы для дальнейшего спортивного совершенствования и, естественно, для будущей трудовой деятельности юных спортсменов.

Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах, на формирование осанки, развитие выносливости, ловкости, на расслабление рук, ног, туловища. Упражнения из других видов спорта. акробатика: различные кувырки вперёд и назад; перекатывание; стойка на лопатках; мостик; стойка на голове и руках переход на мостик, полушпагат, шпагат, напрыгивание на подкидной мостик; прыжки с трамплина вверх без поворота и с

поворотом на 180; с движениями ног и рук; полёт в шаге с выпрямлением толчковой ноги и подъёмом и подъёмом бедра маховой ноги активным движением, с приземлением в шаге и на обе ноги.

Упражнения на гимнастических снарядах и со снарядами в висах и упорах, подтягивание, сгибание и разгибание рук, поднимание согнутых ног, размахивания, соскоки, повороты, подъёмы; простейшие комбинации.

Ознакомление с отдельными элементами техники ходьбы, бега, прыжков и метаний.

Ходьба. Обычная в равномерном темпе со свободным взмахом рук, глубоким и ритмичным дыханием; ходьба с палкой за спиной по доске по бревну, с выполнением упражнений укрепляющих мышцы ног; ходьба в равномерном, быстром и переменном темпе на дистанции до 800м (отрезки 30,60, 100, 200, 400м).

Бег. Свободный по прямой, по повороту, с наращиванием скорости и последующим продвижением вперёд по инерции. Отталкивание как основная фаза бега, техника высокого старта, финиширование, выполнение команд; «На старт!», «Внимание!», «Марш!». Осанка работа рук во время бега, вынос бедра, постановка стопы; техника бега на короткие дистанции (ознакомление), подготовка стартовых колодок, принятие положения («На старт!», «Внимание!», «Марш!»). Бег в гору и под гору (угол 20-30 град.). Повторный бег с предельной и около предельной интенсивностью по прямой по повороту на отрезках от 20 до 60м. с хода, с переходом в бег по инерции. Прыжки: с места в длину, тройной, многоскоки, в высоту; прыжки с ноги на ногу, на двух ногах.

2. Специальная физическая подготовка. Основывается на базе общей, достаточно высокой физической подготовленности учащихся. Она предполагает развитие таких физических качеств, специфических для мини-футбола, волейбола, баскетбола, как сила, быстрота, выносливость, ловкость и гибкость. Главная задача СФП – улучшение деятельности всех систем организма занимающихся, необходимых для совершенствования игровых двигательных навыков и умений, являющихся ведущими звеньями основных технических вариантов в атаке и обороне.

3. Техническая подготовка

Понятие о спортивной технике.. Анализ выполнения технических приемов и их применения в различных игровых ситуациях: ударов по мячу ногами и головой, остановок, ведения, обводки и ложных движений (финтов), отбора мяча, вбрасывания мяча; основных технических приемов игры вратаря. Контрольные упражнения и нормативы по технической подготовке для юных футболистов. Основные недостатки в технике футболистов и пути их устранения.

4. Тактическая подготовка

Значение тактических заданий, которые даются футболистам на игру, и умение играть по плану-заданию. Зависимость тактического построения игры своей команды от тактики противника, индивидуальной подготовки игроков, от размера поля, метеорологических условий и других факторов.

5. Игровая подготовка

6. Морально-волевая и психологическая подготовка.

Моральные качества спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь. Морально-волевой облик спортсмена.

Психологическая подготовка

Моральные качества, присущие человеку: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности и чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь, организованность. Понятие о психологической подготовке футболиста. Значение развития волевых качеств и психологической подготовленности для повышения спортивного мастерства футболистов. Основные методы развития волевых качеств и совершенствования психологической подготовки футболистов в процессе спортивной тренировки. Умение преодолевать трудности, возникающие у футболистов в связи с перенесением больших физических нагрузок. Непосредственная психологическая подготовка футболиста к предстоящим соревнованиям

Контрольные упражнения и соревнования.

Формы организации деятельности

Упражнения для оценки разносторонней физической подготовленности (общей выносливости, быстроты, скоростно-силовых способностей); участие в 3-4 соревнованиях по ОФП; участие в 3-4 соревнованиях по футболу в учебном году.

футбол

Общая физическая подготовка

1. Прыжок в длину с места (характеризуется общий скоростно-силовой потенциал)
2. Бег 300 м (оценка общей выносливости).

Специальная физическая подготовка

1. Прыжок вверх с места (характеристика скоростно-силовых качеств).
2. Бег 30 м (оцениваются скоростные возможности).
3. 3/10м. “челночный бег” (оценивается ловкость).

Техническая подготовка

1. Передвижение
2. Скоростное ведение
3. Передача мяча
4. Дальние удары
5. Штрафные удары.

Волейбол

Общая и специальная физическая подготовка.

Значение всесторонней физической подготовки как важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.

Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой.

Техническая подготовка.

Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки футболистов. Классификация и терминология технических приемов.

Тактическая подготовка.

Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих).

Уровень физической подготовленности учащихся:

Нормативы:

общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	мальчики	девочки
Быстрота	Бег на 30 м со старта (не более 7,6 с)	Бег на 30 м со старта (не более 8,9 с)
	Бег на 60 м со старта (не более 13,8 с)	Бег на 60 м со старта (не более 14,0 с)
	Челночный бег 3x10 м (не более 9,3 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,5 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 155 см)	Прыжок в длину с места (не менее 135 см)
	Тройной прыжок (не менее 560 см)	Тройной прыжок (не менее 300 см)
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 20 см)	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 15 см)

Выносливость	Бег на 1000 м (не более 6 мин.)	Бег на 1000 мм(не более 7 мин.)
--------------	----------------------------------	----------------------------------

Виды деятельности учащихся, направленные на достижение результата

В результате изучения курса уч-ся научатся:

- выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений,
- управлять своими эмоциями;
- играть в футбол, а именно: техническим приемам и тактическим взаимодействиям, владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам, владеть игровыми ситуациями на поле, основам судейства.

Получат возможность узнать:

- об особенностях зарождения, истории футбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;

Получат возможность научиться:

- организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.

4. Тематическое планирование

№	Тематика занятий	Количество часов	Ценностное наполнение
1	Техника безопасности на занятиях по мини-футболу Гигиена спортсмена и закаливание, режим тренировочных занятий и отдыха	1	Доброта.
2	Обучение перемещения в стойке игрока приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных исходных положений.	1	Дружелюбие.
3	Обучение: удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.	1	Взаимопонимание.
4	Обучение: удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.	1	Доброта.
5	Обучение перемещения в стойке игрока приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных исходных положений.	1	Любовь.
6	Обучение перемещения в стойке игрока приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных исходных положений.	1	Дружелюбие.
7	Обучение передаче мяча в движении. Подготовка мест занятий, их оборудование	1	Честность.
8	Контрольные испытание	1	Волевые качества.
9	Обучение навыков выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед	1	Моральные качества.

	собой мячу) на точность.		
10	Совершенствование навыков выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.	1	Любовь к родине.
11	Соревнования (согласно календаря)	1	Доброта.
12	Соревнования (согласно календаря)	1	Взаимопомощь.
13	Совершенствование навыков выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.	1	Честность.
14	Совершенствование навыков выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.	1	Моральные качества.
15	Совершенствование остановки мяча в движении.	1	Волевые качества.
16	История развития мирового и отечественного футбола. Правила соревнований по футболу	1	Отзывчивость.
17	Обучение комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения)	1	Ответственность.
18	Обучение комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения)		Честность.
19	Совершенствование комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения)	11	Доброта.
20	Совершенствование навыков передаче мяча в движении.	1	Любовь к родине.
21	Физическая культура и спорт в России. Подготовка мест занятий, их оборудование	1	Моральные качества.
22	Обучение: из «стойки вратаря» рывки (на 5 - 15 м) из ворот: на перехват или отбивание высоко летящего мяча, на прострел мяча с фланга.	1	Любовь к родине.
23	Обучение: удары по катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.	1	Взаимопомощь.
24	Совершенствование ударов по катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.	1	Дружелюбие.
25	Совершенствование навыков остановки мяча. Подготовка мест занятий, их оборудование		Доброта.
26	Совершенствование навыков передаче мяча.	1	Моральные качества.
27	Совершенствование навыков остановки мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Эстафеты.	1	Волевые качества.
28	Учебная игра.	1	Любовь к родине.
29	Соревнования (согласно календаря)	1	Честность.

30	Соревнования (согласно календаря)	1	Доброта.
31	Совершенствование навыков удара по мячу средней частью подъема – остановка подошвой. Эстафеты.	1	Отзывчивость.
32	Совершенствование ударов мяча по воротам. Совершенствование навыков вратарей: повторная, непрерывная в течение 5-12 мин ловля и отбивание мяча, ловля мяча с падением, когда удары по воротам выполняются с минимальными интервалами 3 - 5 игроками.	1	Дружелюбие.
33	Обучение остановки мяча бедром.	1	Волевые качества.
34	Совершенствование удара по мячу в движении.	1	Моральные качества.
35	Учебная игра.	1	Любовь к родине.
36	Совершенствование ударов мяча по воротам. Совершенствование навыков вратарей: повторная, непрерывная в течение 5-12 мин ловля и отбивание мяча, ловля мяча с падением, когда удары по воротам выполняются с минимальными интервалами 3 - 5 игроками.	1	Доброта.
37	Совершенствование навыков ударов мяча по воротам.	1	Взаимопомощь.
38	Совершенствование навык ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и не ведущей ногой.	1	Честность.
39	Совершенствование навыков удара мяча.	1	Моральные качества.
40	Учебная игра.	1	Волевые качества.
41	Совершенствование навык ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и не ведущей ногой.	1	Отзывчивость.
42	Обучение удару мяча слета.	1	Ответственность.
43	Учебная игра.	1	Честность.
44	Совершенствование навыков скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и не ведущей ногой.	11	Доброта.
45	Совершенствование навыков скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и не ведущей ногой.	1	Воля к победе
46	Учебная игра.	1	Моральные качества.
47	Изучение навыков удара мяча. Техника игры вратаря. Совершенствование навыков передвижение в воротах различными способами, ловля летящего навстречу мяча на различной	1	Работа в команде

	высоте.		
48	Обучение остановке мяча после отскока.	1	Взаимопомощь.
49	Совершенствование навыка остановке мяча после отскока.	1	Дружелюбие.
50	Совершенствование ударов: комбинации из освоенных элементов: ведение—удар (пас) – прием мяча – остановка – пас.	1	Доброта.
51	Учебная игра.	1	Моральные качества.
52	Совершенствование навыков удара мяча слета.	1	Волевые качества.
53	Обучение удару мяча головой.	1	Любовь к родине.
54	Учебная игра. Подготовка мест занятий, их оборудование	1	Честность.
55	Совершенствование навыков удара мяча головой.	1	Доброта.
56	Обучение отбору мяча у соперника.	1	Отзывчивость.
57	Совершенствование навыков тактики вратаря: уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот.	1	Дружелюбие.
58	Контрольные испытание	1	Моральные качества.
59	Соревнования (согласно календаря)	1	Любовь к родине.
60	Соревнования (согласно календаря)	1	Взаимопомощь.
61	Соревнования (согласно календаря)	1	Дружелюбие.
62	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1	Доброта.
63	Совершенствование ударов: комбинации из освоенных элементов: ведение—удар (пас) – прием мяча – остановка – пас.	1	Моральные качества.
64	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1	Волевые качества.
65	Совершенствование ударов мяча по воротам. Совершенствование навыков игры вратаря: введение мяча в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот	1	Любовь к родине.
66	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1	Честность.
67	Совершенствование ударов: комбинации из освоенных элементов: ведение—удар (пас) – прием мяча – остановка – пас.	1	Доброта.
68	Совершенствование исполнения технических элементов. Правила соревнований по футболу	1	Отзывчивость.

