

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ДЮСШ ст. Выселки

_____ Н.Н. Дробышева

« _____ » _____ 2021г.

Программа деятельности отряда «Футболисты»

с 1 по 21 июля 2021 года

Дни	Время	Мероприятия
01.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 10.00	Торжественная линейка.. Инструктажи по ТБ.
	10.00 – 10.45	Занятие на координацию
	10.45 – 11.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.00 – 11.45	Упражнение «Танцы с мячом». Игра «1х1»
	11.45 – 12.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	12.00 – 12.45	Игровая тренировка
	12.45 – 13.00	Тренировочная эвакуация по сигналу «Пожар». Гигиенические процедуры.
	13.00 – 13.30	Обед
	13.30 – 14.00	Отрядная эмблема, девиз. Уход детей домой.
02.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 10.00	Подготовка к занятиям. Инструктажи по ТБ. Беседа по выполнению закона КК № 1539.
	10.00 – 10.45	Занятие на скорость. Эстафеты.
	10.45 – 11.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.00 – 11.45	Упражнение «Танцы с мячом». Игра «1х1»
	11.45 – 12.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	12.00 – 12.45	Игровая тренировка
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
03.07.2021		Выходной
04.07.2021		Выходной
05.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 10.00	Подготовка к занятиям. Инструктажи по ТБ.
	10.00 – 10.45	Акробатика в футболе
	10.45 – 11.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.00 – 11.45	Тренировочное занятие на отработку элементов с ведением мяча и дриблингом
	11.45 – 12.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	12.00 – 12.45	Игровая тренировка
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
06.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда

	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 10.00	Подготовка к занятиям. Инструктажи по ТБ.
	10.00 – 10.45	Занятие на координацию
	10.45 – 11.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.00 – 11.45	Тренировочное занятие на отработку элементов с ведением мяча и дриблингом
	11.45 – 12.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	12.00 – 12.45	Игровая тренировка. Игра «2х1»
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
07.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 10.00	Подготовка к занятиям. Инструктажи по ТБ.
	10.00 – 10.45	Упражнения на скорость. Эстафеты
	10.45 – 11.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.00 – 11.45	Тренировочное занятие на отработку элементов с передачей мяча.
	11.45 – 12.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	12.00 – 12.45	Игровая тренировка. Игра «2х2»
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
08.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 10.00	Подготовка к занятиям. Инструктажи по ТБ.
	10.00 – 10.45	Акробатические элементы в футболе.
	10.45 – 11.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.00 – 11.45	Тренировочное занятие на отработку элементов с передачей мяча
	11.45 – 12.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	12.00 – 12.45	Игра по футболу, посвященная «Дню семьи, любви и верности»
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
09.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 10.00	Подготовка к посещению бассейна. Инструктажи по ТБ. Минутка здоровья «Если хочешь быть здоров – закаляйся»
	10.00 – 11.00	Посещение бассейна.
	11.00 – 11.30	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.30 – 12.45	Тренировочное занятие на отработку элементов с передачей мяча «прием с уходом». Игровая тренировка
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
10.07.2021		Выходной
11.07.2021		Выходной
12.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак

	09.30 – 10.00	Подготовка к занятиям. Инструктажи по ТБ.
	10.00 – 10.45	Занятие на координацию
	10.45 – 11.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.00 – 11.45	Тренировочное занятие на отработку элементов с приемом мяча «прием с уходом».
	11.45 – 12.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	12.00 – 12.45	Тренировочное занятие на отработку элементов с передачей мяча, «прием с уходом». Игровая тренировка
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
13.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 12.45	Экскурсия. Посещение вертолетного полка в г. Кореновске.
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
14.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 10.00	Подготовка к занятиям. Инструктажи по ТБ.
	10.00 – 10.45	Занятие на скорость. Эстафеты.
	10.45 – 11.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.00 – 11.45	Тренировочное занятие на отработку элементов с приемом мяча «прием с уходом».
	11.45 – 12.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	12.00 – 12.45	Игровая тренировка. Игра «3х2».
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед.
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
15.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 10.00	Подготовка к занятиям. Инструктажи по ТБ.
	10.00 – 10.45	Акробатические упражнения в футболе.
	10.45 – 11.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.00 – 11.45	Тренировочное занятие на отработку элементов с ударом мяча различными сторонами стопы
	11.45 – 12.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	12.00 – 12.45	Игровая тренировка. Игра «3х2».
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
16.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 10.00	Подготовка к посещению бассейна. Инструктажи по ТБ.
	10.00 – 11.00	Посещение бассейна.
	11.00 – 11.30	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.30 – 12.45	Тренировочное занятие на отработку элементов с передачей мяча, «прием с уходом». Игровая тренировка
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.

	13.00 – 13.30	Обед
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
17.07.2021		Выходной
18.07.2021		Выходной
19.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 10.00	Подготовка к занятиям. Инструктажи по ТБ.
	10.00 – 10.45	Занятие на координацию.
	10.45 – 11.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.00 – 11.45	Тренировочное занятие на отработку элементов с ударом мяча различными сторонами стопы
	11.45 – 12.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	12.00 – 12.45	Прием мяча с воздуха. Игровая тренировка
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
20.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак
	09.30 – 10.00	Подготовка к занятиям. Инструктажи по ТБ.
	10.00 – 10.45	Занятие на скорость. Эстафеты
	10.45 – 11.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.00 – 11.45	Упражнение «Танцы с мячом». Игра «1х1»; «2х1»; «2х2»; «3х2».
	11.45 – 12.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	12.00 – 12.45	Прием мяча с воздуха. Игровая тренировка
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед.
	13.30 – 14.00	Подведение итогов дня, задачи на новый день. Уход детей домой.
21.07.2021	08.00 – 08.10	Сбор отряда.
	08.10 - 09.00	Зарядка. Подвижные игры.
	09.00 – 09.30	Завтрак.
	09.30 – 10.00	Подготовка к занятиям. Инструктажи по ТБ.
	10.00 – 10.45	Акробатические упражнения в футболе.
	10.45 – 11.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	11.00 – 11.45	Упражнение «Танцы с мячом». Игра «1х1»; «2х1»; «2х2»; «3х2».
	11.45 – 12.00	Перерыв между занятиями. Восстановительные мероприятия.
	12.00 – 12.45	Игровая тренировка.
	12.45 – 13.00	Гигиенические процедуры. Личная гигиена.
	13.00 – 13.30	Обед .
	13.30 – 14.00	Подведение итогов смены. Закрытие лагеря. Уход детей домой.