**Základná škola, Kluknava 43**

**Plán záujmového útvaru – FUTBAL I.**

**pre šk. rok 2017-2018**

**Vedúci :** Milan Voda

**Miesto konania :** ZŠ Kluknava- telocvičňa, multifunkčné ihrisko

**Čas konania :** Streda, od 14,00 – 16,300 hod

September Poučenie o BOZP

Previerka kondičnej pripravenosti, pohyb na ihrisku

Október Hra podľa pravidiel

Herné činnosti prihrávky bokom

Prihrávky priamym priehlavkom, hra

November Rozvoj vytrvalosti, hra

Rozvoj rýchlosti, obratnosti

Prihrávky vonkajším priehlavkom

Narážačka, hra

December Činnosti v telocvični, hlavičkový súboj

Útočná kombinácia- prihraj a bež

Hra 4 proti 4, hádzanárske bránky

Január Pravidlá malého futbalu, hra

Obranné kombinácie a herné činnosti

Obsadzovanie hráča bez lopty

Február Obsadzovanie hráča s loptou

Priestorová obrana

Osobná obrana

Marec Postupný útok, krátke prihrávky

Rýchly protiútok, dlhé prihrávky

Hra hlavou z nadhodu

Hra hlavou po vhadzovaní autu

Apríl Činnosti v teréne na ihrisku, hra

Nácvik streľby z miesta

Streľba trestných kopov, stavanie múru

Hra podľa pravidiel

Máj Kopanie rohov, vhadzovanie autu

Žonglovanie nohou, hlavou, stehnom

Testovanie: presnosť prihrávky

rýchlosť vedenia lopty

presnosť streľby

žonglovanie

Jún Vyhodnotenie činnosti v krúžku

Vypracoval : Milan Voda