

# Урок XXI века

Выполнил: Терехов Е.В.

# «Fitness Football» на уроках ФК



**Актуальность «Fitness Football»** заключается в повышение интереса детей к занятиям физической культуры, а так же к виду спорту футбол

С помощью «Fitness Football» можно решать **задачи:**

- образовательные
- развивающие
- оздоровительные
- воспитательные

«Fitness Football» способствует **развитию качеств:**

- ЛОВКОСТЬ
- ВЫНОСЛИВОСТЬ
- ГИБКОСТЬ
- БЫСТРОТА

Уроки «Fitness Football» подходят для разных **возрастных категории:** от 1 класса до 11

# Место проведения



Инвентарь: футбольные мячи

# Построение, сообщение задач



# Перестроение, начало.



# «Fitness Football»



# «Fitness Football»



# «Fitness Football»



# «Fitness Football»



# «Fitness Football»



Все упражнения выполняются под музыкальное сопровождение которые:

-создают положительный психологический настрой, танцевальной и игровой направленности.

Польза от «Fitness Football»:

-демонстрировать хорошо отработанные движения

-получение удовольствия от занятий

-эмоциональное вдохновение

-повышение интереса к урокам и футболу

Спасибо за внимание!

