

## **Модуль футбол.**

Ранкова гімнастика. ОФП.

Техніка безпеки при заняттях з футболу. Спеціальні вправи футболіста.

Розминка:

<https://www.youtube.com/watch?v=ZOESvMDoNYk>

<https://www.youtube.com/watch?v=5etO1Zbu9vs&feature=youtu.be>