Конспект урока физической культуры «Футбол», 8 класс,

**Цель урока:**совершенствование техники ударов по мячу и остановки мяча.

**Задачи урока:**

1.Совершенствовать технику ударов по мячу и остановку мяча.

2.Развивать координационные, скоростно-силовые качества.

3.Воспитывать трудолюбие, активность, чувство товарищества.

**Метод проведения:**фронтальный, групповой, соревновательный.

**Место проведения:** площадка.

**Инвентарь:**футбольные мячи.

**Время проведения:** 40 минут.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть  урока | Содержание | Дози-  ровка | Организационно-методические указания |
| Подго-  тови-  тельная  10 мин.  Основ-  ная  18 мин.  Заклю-  читель-  ная  12 мин. | Построение. Приветствие. Задачи урока. Рассказ о 21 чемпионате мира по футбола в России.  Чемпионат мира по футбола 2018 — 21-й чемпионат мира по футболу ФИФА, финальная часть которого пройдёт в России с 14 июня по 15 июля 2018 года. Россия в первый раз в своей истории станет страной-хозяйкой мирового чемпионата по футболу, кроме того, он впервые будет проведён в Восточной Европе. Также в первый раз мундиаль состоится на территории двух частей света — Европы и Азии. Проведение чемпионата запланировано на 12 стадионах в 11 городах России.  Разминка: ходьба – обычная, на носках, на пятках, на внутренней и внешней стороне стоп, перекатом с пятки на носок;                      бег – обычный, приставными шагами правым и левым боком, скрестными шагами, подскоки.  Общеразвивающие упражнения:  - и.п. стойка ноги врозь, руки на поясе - наклоны вперёд, назад, вправо, влево;  - и.п. стойка ноги врозь, руки вверху – 1- прогиб назад, 2,3- наклон вперёд, достать руками пол, 4- и.п.  - и.п. основная стойка – приседания: девочки - обычные, мальчики – с выпрыгиваниями   - и.п. стойка ноги врозь, руки вперёд – махи ногами вперёд  - выпады вперёд на правую и левую ногу;  - выпады в правую и левую сторону попеременно;  - круговые движения в коленном суставе.  Специальные беговые упражнения:  - бег с высоким подыманием бедра;  - бег с «захлёстыванием» голени;  - бег с ускорением парами через центр зала;  - бег обычный.  Упражнения в парах:  - удары по неподвижному мячу внутренней часть стопы;  - удары по медленнокатящему мячу носком  подъёмом стопы, внешней стороной стопы;  - удары по отскочившему мячу с лёта;  - удары по мячу изученными способами правой и левой ногой разными частями стопы.  Остановка мяча ногой (работа в парах):  - остановка мяча внутренней стороной стопы;  - остановка катящегося мяча подошвой;  - остановка катящегося, летящего и опускающегося мяча изученными способами.  Игра в мини-футбол.  Состязание элементами футбола между учениками.  1) Удар по воротам с 11 метров.  2) улар по воротам по катящему мячу.  3) Бросок мяча на дальность из-за головы двумя руками.  4) Жонглирование.  Построение. Подведение итогов урока. | 1 мин.    1 мин.    3 мин.   6 мин.      5 мин.      3 мин.    2 мин.    1 мин.  10 мин  5 мин. | Дежурный даёт команды строю.  Дистанция в колоне 2-3 шага.  ОРУ выполняются в шеренге, интервал вытянутые в сторону руки.  Удары производятся с места и с разбега. Хорошо подготовленные ребята помогают более слабым дополнительным показом техники удара.  В парах (на количество раз).  Класс делится на команды.  Мини-соревнование |

*МКОУ «Мококская СОШ»*

*Открытый урок по физической культуре в 8 классе на тему «Техника ударов по мячу и остановка мяча» , 5 урок.*

  




