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.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Частьурока |                                         Содержание | Дози-ровка | Организационно-методические указания |
| Подго-тови-тельная10 мин.Основ-ная18 мин.Заклю-читель-ная12 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 носкомподъёмом 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 мин5 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.*




 

