****

***Конспект-розробка уроку***

***фізичної культури***

 ***6 клас***

 **Модуль: ФУТБОЛ**

**Бульбін В.О.**

 **вчитель фізичної культури**

 **Скалатської ЗОШ І-ІІІ ст.**

 **Скалатської міської ради**

 **спеціаліст вищої категорії,**

 **старший вчитель**

 **Модуль: Ф У Т Б О Л**

**Місце проведення**: спортивний майданчик. **Мета уроку**: виховувати потребу в учнів у систематичних заняттях фізичною культурою і свідомого ставлення до зміцнення свого здоров’я. Розвивати стійкий інтерес до занять футболом. Створювати умови щодо виховання морально-вольових якостей: сили волі, витримки, самовладання, дисциплінованості, впевненості у своїх силах.

 **Завдання уроку:** 1) Повторити техніку жонглювання м’ячем, та різновиди ведення м’яча. 2) Закріпити техніку відволікаючих дій (фінтів) «перенесенням ноги через м’яч», «випадом» та «ударом ногою» з прибиранням м’яча під себе. 3) Сприяти розвитку координації рухів, спритності, та швидкісно-силових здібностей . 4) Виховувати витримку, дисциплінованість, сміливість.

Інвентар та обладнання: футбольні м’ячі, свисток, фішки, 2 комплекти футбольних жилеток, секундомір.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Частина уроку | Зміст | Дозу-вання | Організаційно-методичні вказівки |
| Підготовча* 1. хв)
 | 1.Організований перехід на спортивний майданчик. Шикування в одну шеренгу, привітання, повідомлення завдань уроку. 2.Інструктаж із техніки безпеки під час проведення уроку. 3. Перевірити ЧСС | 1хв30сЗа 6с | Звернути увагу на зовнішній вигляд учнів. Всі вправи виконувати за командою вчителя, дотримуватись дисципліни та правил гри.В нормі 80-100уд.хв. |
|  4.Стройові вправи на місці - повороти ліворуч, праворуч, кругом. |  1 хв | Стежити за правильною поставою та чітким виконанням команд. |
| 5.Різновиди ходьба: -на носках, руки на пояс;-на п’ятках, руки за голову-на зовнішній частині стопи-на внутр..частині стопи | До 1хв | У колону по одному дистанція два кроки. |
| 6.Повільний біг  | 1-2хв | Не обганяти одне одного, зберігати дистанцію. |
| 7.Загальнорозвиваючі вправи в русі:-: В.П.-руки за голову, на кожен крок поворот тулуба праворуч, ліворуч:- В.П.-руки перед грудьми.1-2-відведення зігнутих рук назад;3-4-відведення прямих рук назад:-В.П.-права рука вверху.1-2 –відведення прямих рук назад;3-4-те ж саме після зміни положення рук:- В.П.-руки вперед, на кожен крок виконувати мах правої ноги до лівої руки, та лівої ноги до правої руки:-В.П.-руки вгору, колові оберти руками вперед, назад.8.Спеціальні вправи з використанням нестандартного інвентарю (бігова драбинка, скакалки, фішки):- біг по квадратах бігової драбинки;- те ж саме, але рухатись правим, лівим боком;-вправи на біговій драбинці, в кожен квадрат ставити дві ноги;- біг стрибками з просуванням в праву, ліву сторони;- біг стрибками з просуванням в праву, ліву сторони спиною вперед;- стрибки на правій нозі;- стрибки на лівій нозі; - стрибки на двох ногах;- стрибки на двох ногах, перший стрибок ноги разом, другий стрибок ноги нарізно;- бігова естафета | 2-3хв10-12повтор10-12повт.8-10 повт.8-10повт8-10повт.6-8хв2 повт.2 повт.1 повт.1 повт.1 повт.1 повт.1 повт.1 повт.1 повт.1 повт. | Слідкувати за правильним виконанням вправВ колоні по одному дистанція два крокиПальці зжаті в кулакРуки тримати на рівні плечейМаксимальна амплітудаВправи розраховані на частоту роботи ніг. Виконувати на носкахСлідкувати за роботою рук. В кожен квадрат ставити одну ногу.Починати з правої ноги, руки повинні активно працювати.В кожен квадрат ставиться одна нога з наступним підскоком. Голову повертати в бік стрибкаВиконувати стрибок вверх.Слідкувати за чітким попаданням ніг у квадрат.По команді вчителя перший учень біжить на відстань 10 м., оббігає перепону, біжить в зворотньому напрямку, та торканням руки передає естафету. Перемагає команда останній учень якої на фініші буде першим. |
| Основна(25-28хв) | 1.Жонглювання м’яча.2.Ведення м’яча у повільному бігу; - те ж саме, але ведення виконувати без зорового контролю;3.Ведення м’яча правою, лівою ногою в різних напрямках внутрішньою та зовнішньою частинами підйому:4.Закріплювати техніку виконання фінтів «перенесенням ноги через м’яч», «випадом» та «ударом ногою» з прибиранням м’яча під себе. -- ведення м’яча виконуючи фінт «ударом ногою» з прибиранням м’яча під себе;-- ведення м’яча виконуючи фінт «випадом» -- ведення м’яча виконуючи фінт «перенесенням ноги через м’яч» | 1хв1хв1хв10хв 2хв2хв2хв 4 хв30с6-8 хв |  Жонглювати двома ногамиДивитись не тільки на м’яч, але й уперед.Виконувати у повільному темпі, дивитись уперед.Здійснювати контроль над м’ячем Розказати та показати правильне виконання вправи.Учні діляться на групи. В кожній групі призначається старший, який слідкує за правильним виконанням.Основна мета фінтів заснована на несподіваній і швидкій зміні напрямку руху. Набли­жуючись до суперника, на відстані1,5—2 м від нього, поштовхом правої ноги ви- конується широкий випад ліворуч уперед з прибиранням м’яча

|  |
| --- |
| в іншу сторону . Після реакції суперника і його переміщення у бік випаду слід різким поштовхом лівої ноги зробити крок праворуч. Зовнішньою частиною підйому правої ноги м’яч посилається праворуч-уперед Звернути увагу на правильне виконання.   |

Учні розташовуються по ширині майданчика з боків центральної лінії, з однієї сторони з м’ячами, з іншої без м’ячів. Учень що володіє м’ячем виконує передачу і біжить відбирати м’яч. Інший учень зупиняє м’яч, виконує обманний рух, веде м’яч в сторону воріт та пробиває в ціль. Ведення та удар можна виконувати як на одні, так і на інші ворота. Нагадати учням, що потрібно з повагою ставитись один до одного граючи у футбол. Акцентувати увагу учнів на взаємодії гравців під час гри, чіткому дотриманні правил гри, та дотриманні правил техніки безпеки.Розділити учнів на команди, по можливості хлопці грають проти хлопців, а дівчата проти дівчат. Кожна команда прово- дить на майданчику 2-4 хвилини. |
|  -- виконання фінтів в наближених до ігрових ситуацій вправах.5.Бесіда «Правила поведінки під час гри у міні-футбол», «Основні вимоги до гравців згідно правил гри»7. Двостороння навчальна гра в міні-футбол.  |
| Заключна ( 3-4хв) | 1.Шикування в одну шеренгу:Перевірити ЧСС2.Вправи на увагу:гра «клас»3. Бесіда «Що ви знаєте про футбол?»4.Підійшов до кінця наш урок. І мені хотілося б, щоб ви відповіли на наступні питання: Чи вважаєте ви, що ми недаремно провели ці хвилини? За що ви можете себе похвалити? За що ви можете похвалити однокласників? Чи зможете ви самостійно продовжити роботу з освоєння вивчених елементів техніки гри?5.Підбиття підсумків уроку6.Домашнє завдання | 30с1хв30с30с | За зростомВ нормі 140-160 уд.хв.За командою учні виконують вправи якщо прозвучало слово «клас».Запитання:Які команди є лідерами футболу в Україні? Яких видатних футболістів ви знаєте?Дати можливість учням висловити свої відчуття.Відмітити кращих учнівВиконувати жонглювання м’ячем. Підготувати розповідь про улюблену команду |