**План урока14**

**Тема: «Спортивные игры футбол. Отбор мяча у соперника выбивание наложением стопы на мяч»**

**Цели и задачи:** 1.Закрепить навыки передачи мяча на месте.

2. Развивать координационные и двигательные качества,

формировать выносливость.  
 3. Воспитание чувства ответственности, трудолюбия, дисциплины,

Место проведения: спорт - площадка осш.№6

Инвентарь: свисток секундомер.

Время проведения: 7а-2.10.2015 год. 7б-2.10.2015 год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Содержание материала и**  **части урока** | **Дози-**  **ровка** | **Организационно-методические указания** |
| **I**  1.  2.  3.  4.  а).  б).  в).  5.  6.  7. | **Вводно-подготовительная часть**  Построение, приветствие, проверка посещаемости, внешнего вида, сообщение задач урока.  Выполнение строевых упражнений на месте: начало ходьбы на месте с левой ноги.  Строевые упражнения: разновидности ходьбы - на носках, пятках, внешней, внутренней сторонах стопы, в полуприседе, в полном приседе.  Бег в среднем темпе с выполнением заданий:  С выносом прямых ног вперед;  Спиной вперед;  Приставными шагами правым, левым боком;  Ходьба с восстановлением дыхания:  сч.1-2- руки через стороны вверх – вдох;  сч.3-4 -руки вниз – выдох;  Перестроение по расчету, размыкание на вытянутые руки в стороны.  Обще развивающие упражнения на месте (комплекс без предметов) (по желанию учащихся). | **13мин.**  3-4 круга  2 мин.  3-4 раза  10 упр. | Проверить равнение в шеренге, правильную осанку.  Одновременное выполнение, колени поднимать повыше.  Сохранять равнение, дистанцию, правильную осанку.  Следить за дыханием.  Колени не сгибать.  Смотреть через левое плечо.  Руки на поясе.  Глубокий вдох,  полный выдох.  Четкое произношение номеров. Организованно.  Следить за ошибками.  Контроль выполнения. |
| **II**  1.  2.  3. | **Основная часть**  Обводка противника; отбор мяча в условиях сопротивления противника.   1. После паса остановить мяч, и выполнить удар по мячу, любым приемом. Защитник атакует соперника и пытается отобрать мяч с помощью подката. 2. Ведение мяча по прямой. 3. Ведение мяча по дугам. 4. Ведение мяча при сопротивлении противника. 5. Выполнить удар мяча по воротам , серединой подъема стопы при этом обведя соперника. 6. Ведение мяча между стойками, расставленными по прямой линии на расстоянии 4-5м. друг от друга. 7. Ведение мяча группой 6 человек, на ограниченном поле, у каждого игрока мяч. 8. Рывком выйти на летящий мяч в штрафную площадку и перехватить его ногой головой.   9. Выполнение технико-тактических взаимодействий, развивающих ловкость и координацию движений.  Игрок 1 с фланга обводит фишки и делает нацеленную передачу в штрафную площадку.  Игроки 2 и 3 стартуют одновременно с игроком 1 с центрального круга, обегая фишки и открываясь на передачу мяча игроком 1 с завершением удара по воротам игроками 2 или 3.  10.Два нападающих двигаются вперед, передавая друг другу мяч. Защитник отступает назад выбирая правильную позицию и момент для перехвата мяча. | **27мин.**  3 раза  3раза  3 раза  3раза  3 раза  3 раза  3 раза  3 раза  3 раза | Мяч остановить любым способом, грудью , ногами, бедром.  Правильно выполнить нацеленную передачу и завершить атаку точным ударом в ворота или точной передачей партнеру.  Вначале противник дает возможность обвести себя. Затем более активно стремится отобрать мяч у ведущего.  Удар серединой подъема стопы считается основным и наиболее трудным. Он дает возможность направить мяч сильно, точно и на любой высоте.  Работа в группе. Вести мяч надо так , что бы не мешать партнеру.  Уметь контролировать высоту полета мяча. Не допускать попадания в штангу или удара выше ворот.  Все действия игроков должны быть взаимосвязаны.  Удар головой можно выполнять в прыжке и с места. Каждый нападающий должен уметь выполнять данный удар. |
| **III**  1.  2.  3. | **Заключительная часть.**  Построение.  Подведение итогов урока.  Домашнее задание:  Упражнение на мышцы ног. | **5 мин.** | Проверить равнение. |