**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 круга2 мин.3-4 раза10 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 раза3раза3 раза3раза3 раза3 раза3 раза3 раза3 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. |