**ПЛАН-КОНСПЕКТ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 9-х КЛАССОВ ПО ТЕМЕ «ФУТБОЛ».**

Дата проведения:

*Место проведения:* спортплощадка ОСШ№7

**Тема урока*:*** *ФУТБОЛ.*  Финты, отбор мяча. Тактические действия игроков.

**Задачи урока:**

**1. Развивать силу, скорость, выносливость.**

**2. Закрепить технику финтов, отбора мяча.**

**3. Обучить тактическим действиям игроков.**

**4. Воспитывать чувство товарищества, взаимовыручку, коллективизм.**

***ВПЧ – 12 мин.***

Построение, приветствие, сообщение задач урока. Бег в медленном темпе 750 м. Ходьба – упражнения на восстановление дыхания.

**ОРУ типа зарядки:**

1. Стоя лицом друг к другу, ноги на ширине плеч, руки на плечах партнера. Пружинящие наклоны вперед.
2. И.П. то же. Одновременный мах правой (левой) ногой назад.
3. Стоя лицом друг к другу, руки на плечах партнера. Одновременное приседание.
4. Встать спиной друг к другу, ноги врозь, взяться согнутыми в локтях руками. Одновременно приседать на обеих ногах, не отрывая пяток от пола.
5. И.П. стоя спиной друг к другу, взяться согнутыми в локтях руками. Поочередное поднимание партнера.
6. И.П. лицом друг к другу, взяться за руки. Игра «Наступи на ногу».

***ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ – 30 мин.***

1. **Финты, отбор мяча.**
2. ведение мяча по прямой, замах для удара по мячу правой ногой и быстрый уход с мячом вправо;
3. стоя на месте, накрыть мяч подошвой правой (левой) ноги, покатить его назад и тут же толчком внутренней стороной той же ноги вернуть мяч в прежнее положение и т.д.; то же с пассивным и активным соперником.
4. ведение мяча между стойками, расставленными по прямой ли­нии в 4—5 м друг от друга. Поочередно каждый занимающийся ведет мяч, обводя препятствия, справа и слева. В порядке усложнения умень­шают расстояние между стойками, изменяют расположение и порядок их обводки, вводят дополнительные задания.
5. «переступание через мяч». Сближаясь с соперником, игрок заносит одну ногу над мячом и слегка подает туловище в сторону поднятой ноги. Затем верхняя часть туловища быстро отклоняется от поднятой ноги, а мяч внутренней частью подъема другой ноги проталкивает мимо соперника.
6. Один из футболистов располагается сзади стойки на расстоянии 2-3 м от нее лицом к партнеру, владеющему мячом, и перехватывает, отбивает мячи, посланные к стойке.
7. Один футболист владеет мячом, второй старается отобрать у него мяч. После отбора мяча футболисты меняются ролями. Размеры площадки постепенно увеличиваются.
8. **Тактические действия игроков.**
9. Игра 3x2 в квадрате (30x30 м). Игроки размещаются произ­вольно и, находясь в постоянном движении, передают мяч своим партнерам, стараясь не дать перехватить его двум защитникам.
10. Игра в футбол 3X3, «четверо против четырех» и т. д. с малыми воротами. Ее лучше проводить вдоль поля, а ворота устанавливать не на лицевых линиях, а в 15—20 м от них. Разрешается играть за воро­тами, чтобы голы можно было забивать с обеих сторон ворот. Коман­ды необходимо составлять определенными звеньями.
11. Игра в футбол (6x6) на одной половине поля: четверо нападаю­щих и два полузащитника стремятся забить гол в ворота, защищаемые вратарем. За взятие ворот дается 3 или 4 очка. Игра ведется против четырех защитников и двух полузащитников, которые стремятся под­вести мяч к центральной линии и не дальше чем с расстояния 1 м (в лю­бом месте) перебить мяч через центральную линию, за что дается очко.
    1. **Учебная игра.**

Класс разделить на команды мальчиков и команды девочек. Судить по правилам.

***ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ – 3 мин.***

Построение, итоги урока, уход.