Конспект іноваційного уроку фізкультури з елементами футболу для учнів 7 класу.

Тема уроку: ФУТБОЛ.(відволікальні дії,фінти) ЗАВДАННЯ:1)Навчити фінту – передача м’яча з зупинкою;

Мета уроку: Навчити відволікальній дії (фінти)- Повторити передачу м яча внутрішньою

передача зупинкою частиною стопи, зупинку наступанням та фінт-ударом

Обладнання; футбольні м’ячі ( 8 шт.) 2)Розвивати швидкісно-силові якості.

Місце проведення: спортзал школи 3)Виховувати стійкий інтерес до занять з фіз-рою.

Дата проведення:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | ЗМІСТ УРОКУ | ДОЗУВАННЯ | ОРГАНІЗАЦІЙНОМЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ |
| 123 | ПІДГОТОВЧА ЧАСТИНА-15 хв.а)Шикування, звіт чергового, привітання, ознайомлення учнів з завданнями уроку.б)Теорія опитування з правил футболув)Розминка:1)Руки в замок вверх, прогини на кожен крок2)Руки з заду в замок, нахилитулуба вперед3)Нахилитулуба вперед на два кроки4)На коженкроквипад вперед поворот тулуба всторону вперед стоячої ноги, дістати рукою п`яту5)Спецвправифутболіста:В.п.- руки вперед всторони, на коженкрокдоторкнутися ногою до руки.В.п.-руки вперед всторони, на коженкрокдоторкнутися ногою до руки при цьому ногу вивернутиназовніНа коженкрок нога на носок, коловийрух ногоюБіг з високимпідніманням стегнаБіг з захльостомголені«Оленячий» бігСтрибки спиною впередПриставнимлівим та правим бокомПрискоренняг)Перешикування:ОСНОВНА ЧАСТИНА- 25 хв.1)Передача внутрішньою частиною стопи, зупинка наступанням.2)Навіс м’яча партнеру в руки.3)Під`йом м’яча, передача з повітря.4)Передача колінкою5)Передача головою6)Виконання фінта ударом7)Виконати фінт передачі м’яча з зупинкою8)Обводка м’ячем фішок9)Гра в міні футбол.ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА- 5 хв.а)Вправи на відновлення дихання.1)Сімінний біг, руки розслаблені2)Біг з глибоким диханням3)По сигналу рух кроком назад( вп. на увагу)б) Підведення підсумку уроку.в)Домашнє завдання.Г)Примітки  | 2 хв.3 хв.9 хв.8р.8р.8 р.8 р.12 м.12 м.10 м.8 м.8 м.8 м.8 м.3р. по 10м.1 хв.10 р.10 р.10 р.10 р.10 р.10 р.20 р.3 р.2 хв.2 хв.1 хв. | Шеренга,перевірка пульсу,Виправити помилки, відповісти на запитанняФронтальний методНогу в коліні не згинатиСлідкувати за правильним виконанням вправ.Виконувати вправи в сереньому темпі.Слідкувати за виразом облич’я та мімікою.В дві шеренги поворотом у русіПоточний метод, випр помилкиПоточний метод, випр помилкиПоточний метод, випр помилкиПоточний метод, випр помилкиПоточний метод, випр помилкиПоточний метод, випр помилкиПоточний метод, випр помилкиПоточний метод, випр.помилокПо спрощеним правиламВ повільному русіВиміряти пульс. Виставити оцінкиПравила футболу,гра в міні футбол. |