

Презентация учебного занятия по физической культуре

Тема **«Совершенствование техники  
игровых элементов в футболе»**



**Обучающая цель:** совершенствование умений в выполнении техники игровых элементов в футболе: удара по летящему мячу средней частью подъема ноги, ударов головой на месте и в прыжке, остановки мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманных движений.

**Развивающая цель:** развитие координационных способностей, совершенствование ориентации в пространстве, скорости реакции. Развитие восприятия, внимания, памяти, воображения, волевых качеств инициативности, самостоятельности.

**Воспитательная цель:** воспитание личностно-коммуникативных качеств, согласованности групповых взаимодействий, быстрого принятия решений самостоятельности, целеустремленности, продолжить формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью.

**Тип занятия:** урок совершенствования умений

**Материально-техническое обеспечение:** спортивный зал, футбольные мячи, ворота, секундомеры

**Методическое и дидактическое обеспечение занятия:** раздаточный материал с комплексами ОРУ

**Межпредметные и внутрипредметные связи:** Биология, ОБЖ, Информатика и ИКТ

**Продолжительность занятия:** 45 минут

**Место проведения занятия:** спортивный зал

## *Подготовительный этап урока*

Деятельность преподавателя	Деятельность обучающихся	Дозировка
<p>Приветствует обучающихся</p> <p>Проверяет явку обучающихся, готовность к занятию: внешний вид, спортивную форму. Объявляет тему урока, совместно с обучающимися формирует цели урока.</p> <p>Настраивает обучающихся на изучение темы. Напоминает о технике безопасности.</p> <p>Организует постепенное включение в работу органов и систем, общее разогревание опорно-двигательного аппарата обучающихся посредством занятий.</p> <p>Контролирует и вносит указания по корректировке при выполнении заданий.</p> <p>Формирует группы для основного этапа.</p>	<p>Построение,</p> <p>Осознают необходимость изучения темы, ее практическую значимость.</p> <p>Выполняют:</p> <p>строевые упражнения;</p> <p>Ходьба: обычная , на носках, руки вверх на пятках, руки на поясе, на внутренней и внешней сторонах стопы, руки в стороны , в присяде .</p> <p>Бег: обычный спиной вперед ,галопом, левым и правым боком , с подскоками, вращая руками</p> <p>Ходьба обычная</p> <p>Общеразвивающие упражнения(слайд ниже)</p>	<p>1-1,5 мин</p> <p>30 сек</p> <p>1,5 мин</p> <p>Дистанция 2 шага</p> <p>3-4 мин</p> <p>Темп медленный</p> <p>30сек</p> <p>7 мин</p>

## Общеразвивающие упражнения

## Дозировка

<p><b>1) и. п. – основная стойка, руки на пояс</b></p>	<p>7-8 раз</p>
<p>1 – наклон головы вперед , 2 – наклон головы назад</p>	<p>средний темп</p>
<p>3 – наклон влево 4 – тоже вправо</p>	<p>7-8 раз</p>
<p><b>2) и. п. – о. с. правая рука вверх</b></p>	<p>темп выше</p>
<p>1 – 2 мах правой 3-4 – тоже левой</p>	<p>среднего</p>
<p><b>3) и. п. – о. с. руки на пояс</b></p>	<p>7-8 раз</p>
<p>1 - наклон влево, правая рука Вверх 2 - и. п.</p>	<p>средний темп</p>
<p>3 – наклон вправо, левая рука вверх 4 – и. п.</p>	<p>7-8 раз</p>
<p><b>4) и. п. – о. с. руки на пояс</b></p>	<p>средний темп</p>
<p>1. – наклон к правой ноге 2 – по середине</p>	<p>7-8 раз</p>
<p>3 – к левой 4 – и.п.</p>	<p>средний темп</p>
<p><b>5) и. п. – о. с. руки на пояс</b> 1- наклон назад, руки вверх</p>	<p>7-8 раз</p>
<p>2- наклон вперед, руки вперед 3- присед, руки на пояс 4 – и.п.</p>	<p>средний темп</p>
<p><b>6) и. п. – руки перед собой</b> 1- мах правой ногой 2 – и.п.</p>	<p>7-8 раз</p>
<p>3-4 – тоже левой</p>	<p>средний темп</p>
<p><b>7) и. п. – о.с., руки на пояс</b> 1 – упор присев</p>	<p>7-8 раз</p>
<p>2 – упор лежа 3 – упор присев</p>	<p>средний темп</p>
<p><b>8) ) и. п. – о.с., руки на пояс</b> 1 – руки к плечам 2 – руки вверх 3</p>	<p>7-8 раз</p>
<p>– к плечам 4 – на пояс</p>	<p>средний темп</p>
<p><b>9) и.п. – о.с. руки на пояс</b> 1-2 – прыжки на левой 3-4 – тоже на</p>	<p>10-12 раз</p>
<p>правой 10-12 раз</p>	<p>темп выше среднего</p>

## Основной этап урока

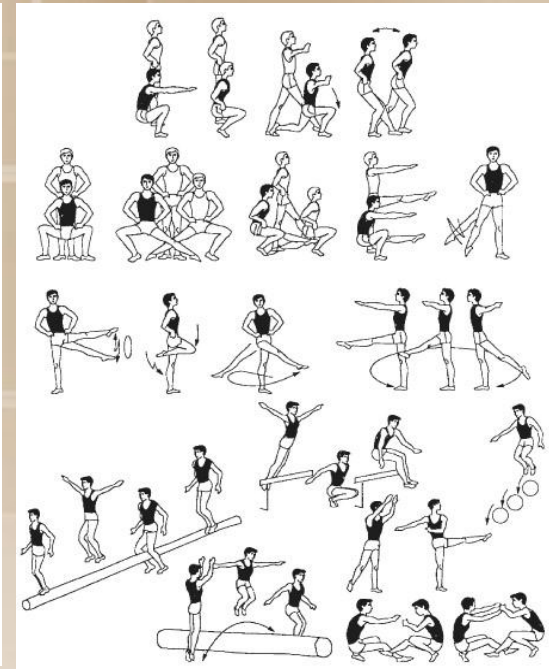
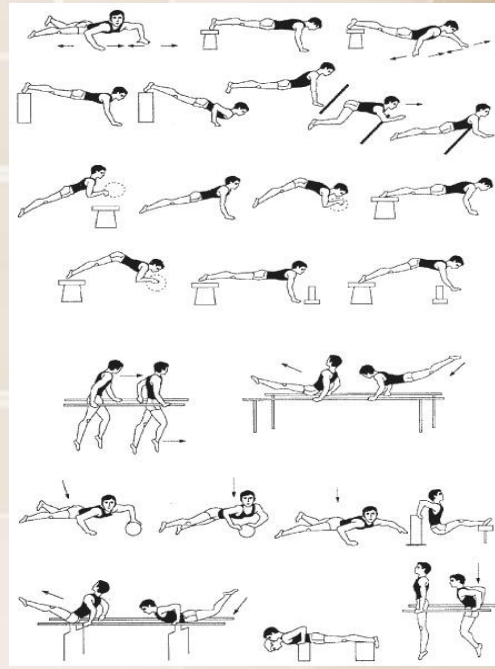
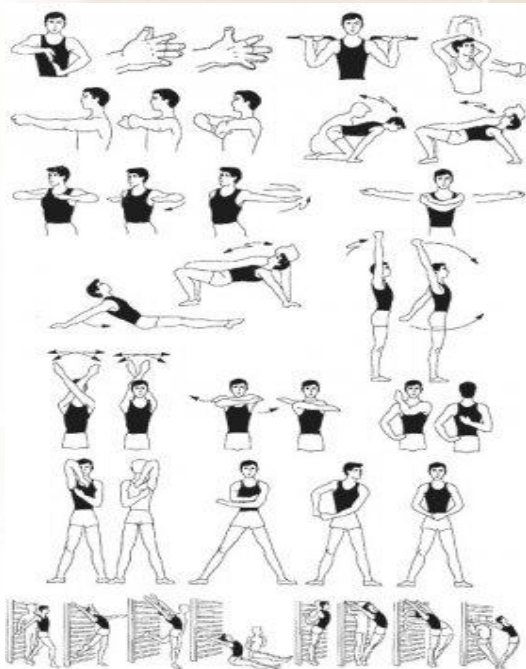
Деятельность преподавателя	Деятельность обучающихся	Дозировка
<p>Организует деятельность обучающихся по достижению результатов учебной программы, совершенствованию техники +элементов игры в футбол. Использует метод круговой тренировки .</p> <p>Контролирует правильность выполнения игровых элементов, вносит коррективы по устранению допущенных ошибок в технике исполнения.</p>	<p><b>Круговая тренировка</b></p> <p><b>Станция 1</b> Передача мяча в парах с ударом по летящему мячу средней частью подъема ноги.</p> <p><b>Станция 2</b> Передача мяча в парах с ударами головой на месте и в прыжке.</p> <p><b>Станция 3</b> Передача с остановкой мяча ногой, грудью</p> <p><b>Станция 4</b> Ведение мяча обманными движениями, отбор мяча</p>	<p>3-4 мин темп средний</p> <p>4-5 мин темп средний</p> <p>4-5 мин темп средний</p> <p>4-5 мин темп средний</p>
<p>Делит обучающихся на команды. Организует учебную игру в 2-3 касания.</p>	<p>Учебная игра</p>	<p>5 мин</p>

## *Заключительный этап урока*

Деятельность преподавателя	Деятельность обучающихся	Дозировка
<p>Обеспечивает условия для приведения организма в оптимальное для последующей деятельности состояние, а также создания, по возможности, установку на предстоящую деятельность.</p> <p>Наблюдение за правильностью выполнения , указания по корректировке .</p>	<p>Выполняют упражнения на снижение деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем до нормы; снятие излишнего напряжения отдельных групп мышц:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ходьба</li> <li>• Упражнения на восстановление дыхания</li> </ul>	<p>1 мин</p> <p>1 мин</p>
<p>Подведение итогов учебной деятельности, краткий разбор, если необходимо, отдельных моментов работы обучающихся</p> <p>Инструктирует по выполнению домашнего задания</p>	<p>Участвуют в подведении итогов урока</p> <p>Записывают домашнее задание (варианты представлены на отдельном слайде)</p>	<p>3 мин</p> <p>1 мин</p>

## Домашнее задание

1. Из предложенных вариантов ОРУ подобрать упражнения для включения в комплекс для индивидуальных самостоятельных занятий



2. Используя интернет-ресурсы, осуществить подбор комплекса ОРУ для подготовки организма к игровым видам спорта (футбол).

<http://kompleks-uprazhnenij.php>

<http://ironman.in.ua/>

и другие сайты по запросу

<b>Цели, планируемые результаты</b>	<b>Методы контроля</b>	<b>Форма контроля</b>
Знание правил соревнований в спортивной игре футбол	<i>Наблюдение в процессе учебной игры</i>	Дифференцированный зачет
Умение технически грамотно выполнять игровые элементы в футболе: удар по летящему мячу средней частью подъема ноги, удар головой на месте и в прыжке, остановку мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения.	<i>Наблюдение в процессе выполнения игровых элементов</i>	Дифференцированный зачет



## Глоссарий

**Круговая тренировка** - наиболее развитая ступень групповой формы организации. Возникла данная форма в нашей стране в 1960-х гг., но теоретическое обобщение и описание получила в трудах специалистов Германии как разновидность «крайстреннинга». Занятия физической культурой и спортом проходят одновременно в группе и как индивидуальная форма организации взаимодействия педагога (тренера, учителя) и занимающихся. Круговая тренировка дает возможность самостоятельно получать знания, формировать физические качества, совершенствовать отдельные умения и навыки.

## Список литературы

1. Бишаева А.А. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента: учеб.пособие. — М., 2013.
  2. Евсеев Ю.И. Физическое воспитание. — Ростов н/Д, 2010
  3. Манжелей И.В. Инновации в физическом воспитании: учеб. пособие. — Тюмень, 2010.
-