

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>1) и. п. – основная стойка, руки на пояс</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>2) и. п. – о. с. правая рука вверх</p> | <p>темп выше</p> |
| <p>1 – 2 мах правой 3-4 – тоже левой</p> | <p>среднего</p> |
| <p>3) и. п. – о. с. руки на пояс</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>4) и. п. – о. с. руки на пояс</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>5) и. п. – о. с. руки на пояс 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>6) и. п. – руки перед собой 1- мах правой ногой 2 – и.п.</p> | <p>7-8 раз</p> |
| <p>3-4 – тоже левой</p> | <p>средний темп</p> |
| <p>7) и. п. – о.с., руки на пояс 1 – упор присев</p> | <p>7-8 раз</p> |
| <p>2 – упор лежа 3 – упор присев</p> | <p>средний темп</p> |
| <p>8)) и. п. – о.с., руки на пояс 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>9) и.п. – о.с. руки на пояс 1-2 – прыжки на левой 3-4 – тоже на</p> | <p>10-12 раз</p> |
| <p>правой 10-12 раз</p> | <p>выше среднего</p> |

Основной этап урока

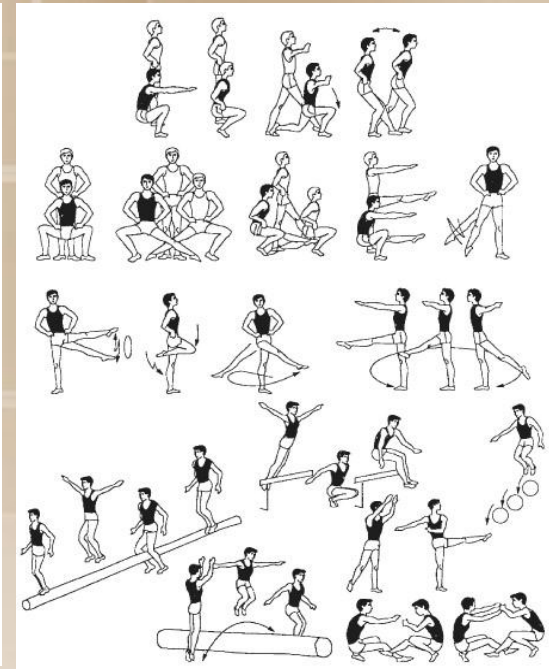
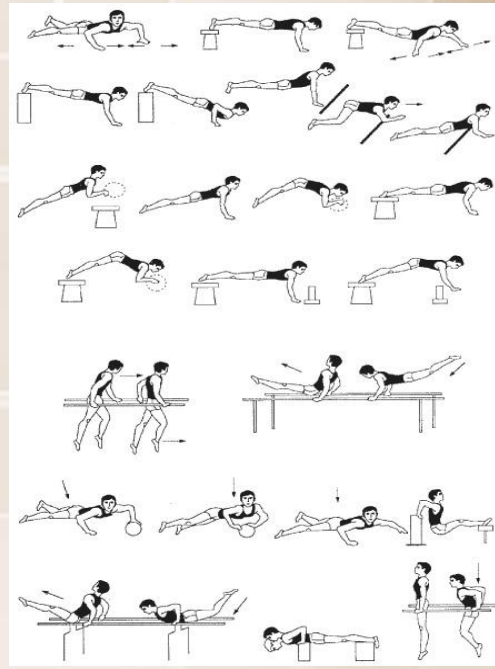
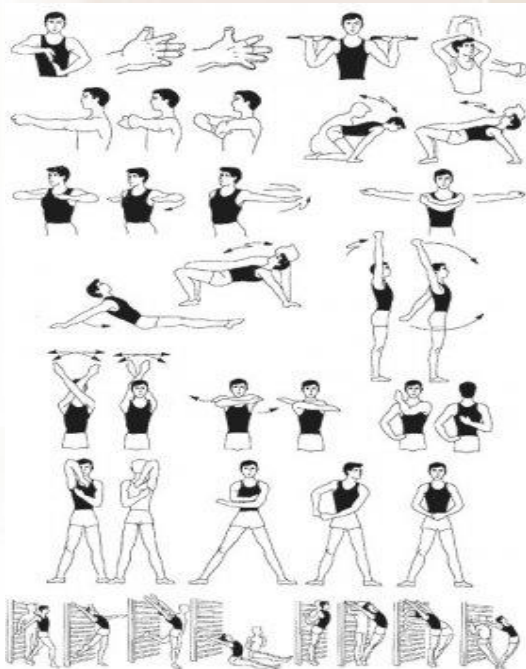
Деятельность преподавателя	Деятельность обучающихся	Дозировка
<p>Организует деятельность обучающихся по достижению результатов учебной программы, совершенствованию техники +элементов игры в футбол. Использует метод круговой тренировки .</p> <p>Контролирует правильность выполнения игровых элементов, вносит коррективы по устранению допущенных ошибок в технике исполнения.</p>	<p>Круговая тренировка</p> <p>Станция 1 Передача мяча в парах с ударом по летящему мячу средней частью подъема ноги.</p> <p>Станция 2 Передача мяча в парах с ударами головой на месте и в прыжке.</p> <p>Станция 3 Передача с остановкой мяча ногой, грудью</p> <p>Станция 4 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">• Ходьба• Упражнения на восстановление дыхания	<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

Цели, планируемые результаты	Методы контроля	Форма контроля
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.
-