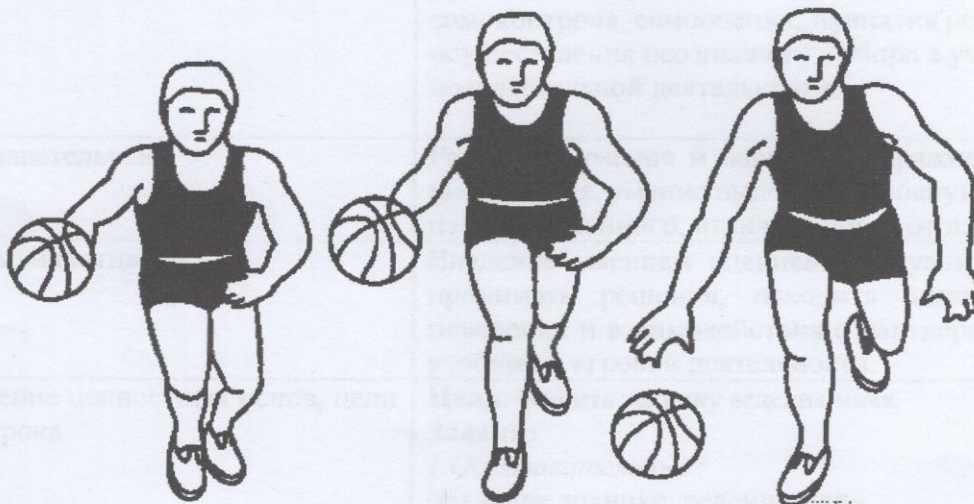


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Усемикентская СОШ»

Директор: *Гаджиев Арслан Раджабович*  
Средняя общеобразовательная школа № 1  
Усемикентского района Республики Карелия  
Министерство образования Республики Карелия  
ИНН 0210013300

КОНСПЕКТ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
В 5 КЛАССЕ  
«Ведение мяча»




Автор: учитель физической культуры  
Гаджиев Арслан Раджабович

## ПЛАН-КОНСПЕКТ УРОКА

*Тема: Ведение мяча*

№			Описание
1.	Тип урока		Обучающий
2.	Класс		7
3.	Тема		Ведение мяча.
4.			
5.	Определение места урока в изучаемой теме, разделе, курсе		Первый урок по данной теме.
6.	Универсальные учебные действия	Личностные	Формирование положительного отношения к занятиям двигательной деятельностью для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
		Регулятивные	Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, организовывать свое рабочее место под руководством учителя. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.
		Познавательные	Развивать умения и навыки в упражнениях и техники выполнения, умение выделять основную информацию из прослушанного, отличать новое от известного.
		Коммуникативные	Владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
7.	Определение ценностных основ, цели и задач урока		<p><b>Цель:</b> освоить технику ведения мяча.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <p><i>1. Образовательные:</i> обучение технике: ведение мяча.</p> <p><i>2. Развивающие:</i> Развитие находчивости, сообразительности, умение взаимодействовать в коллективе. Развитие быстроты , общей выносливости.</p> <p><i>3. Воспитывающие:</i> воспитание самостоятельности, соблюдение техники безопасности. Воспитывать коллективизм, трудолюбие, дисциплинированность, доброжелательность.</p> <p><i>4. Оздоровительные:</i> Повышать функциональные возможности организма.</p>
8.	Обоснование выбора содержания учебного материала, методов, форм работы на уроке сопоставимыми психолого-педагогической характеристики класса		<p><b>Основной дидактический метод:</b> Репродуктивно – самостоятельный</p> <p><b>Частные методы и приемы:</b> индивидуальный, посменный, игровой, групповой.</p>

9.	Представление структуры урока и информации о расходе времени на различных его этапах	<p>План урока</p> <p><b>1.Подготовительная часть – 15 мин</b></p> <p>1.Построение, приветствие, сообщение задач урока.</p> <p>2.Инструктаж по технике безопасности.</p> <p>3.Разминка.</p> <p>4.ОРУ с футбольными мячами.</p> <p>Специальные подготовительные упражнения</p> <p><b>2.Основная часть – 25 мин</b></p> <p>1.Упражнения с мячом.</p> <p>2.Двухсторонняя игра «мини - футбол».</p> <p><b>3.Заключительная часть – 5 мин</b></p> <p>1.Упражнения на восстановление дыхания</p> <p>2. Построение, подведение итогов урока</p> <p>3.Рефлексия</p>
10	Описание применяемых образовательных технологий, обоснование их использования	Используется личностно-ориентированный подход, т.к. уровень физической подготовки обучающихся различен. Также используется технология сотрудничества, развивающая, здоровьесберегающие и игровые технологии, икт.
11	Указание отобранных средств обучения, обоснование их применения	Подобраны специальные упражнения, которые встретятся при выполнении упражнений с мячом в основной части урока, а также в играх.
12	Современные методы оценивания, применяемые на уроке	Самооценка, корректировка техники исполнения.
13	Изложение содержания урока с указанием технологии его проведения	<p><b><u>1.Подготовительная часть.</u></b></p> <p><b>1.Построение, приветствие, сообщение задач урока.</b></p> <p><b>2.Инструктаж по технике безопасности.</b> (теоретическая часть урока)</p> <p><i>Учитель:</i> «Сегодня мы начинаем изучать раздел «Футбол». С этим видом спорта вы уже знакомы, хорошо его знаете и многие умеют играть в футбол.. Для начала пройдем инструктаж по технике безопасности».</p> <p><b>(слайд 1)</b></p>




## Инструкция по правилам безопасности на уроках по футболу

### 1. Общие положения

- ✦ Если не выполнять правила поведения и безопасности на уроках физкультуры оборудование и инвентарь могут стать причиной тяжелых травм и увечий. Особенно распространенной причиной травмирования является стремление слабых учащихся не уступать своим более сильным и ловким сверстникам. Только знание и выполнение учащимися правил поведения и безопасности снижает опасность занятий физкультурой не только на спортивных площадках, но и в свободное от уроков время.

(слайд 2)



## Требования безопасности перед началом урока

- ✦ В спортивный зал или на площадку входить только по разрешению учителя или вместе с ним.
- ✦ К занятиям допускаются учащиеся, которые прошли медицинский осмотр.
- ✦ К занятиям допускаются учащиеся в спортивной форме (белая футболка, шорты, носки, кроссовки), без часов, сережек, цепочек и других украшений, в холодную погоду – спортивный костюм.
- ✦ В раздевалке, в спортивном зале и на спортивной площадке соблюдать чистоту и порядок. Осторожно относиться к школьному имуществу.
- ✦ Не оставлять в раздевалке деньги и ценные вещи.

(слайд 3)

## Требования безопасности во время проведения уроков

- ✦ Перед началом каждого урока обязательно делать разминку.
- ✦ Соблюдать правила игры и спортивное поведение.
- ✦ Без разрешения учителя не покидать спортивный зал или площадку.
- ✦ Учащиеся не должны опаздывать на уроки и пропускать их без уважительной причины, своевременно и точно выполнять распоряжения, указания и команды учителя.
- ✦ Учащиеся должны соблюдать дисциплину и организованность на уроках, во время выполнения товарищем упражнения не отвлекать его от работы, не заниматься посторонними делами на уроках.
- ✦ Обязательно соблюдать правила личной гигиены: спортивная форма должна быть чистой, волосы аккуратно собраны.
- ✦ Не перегревать и не переохлаждать свой организм.
- ✦ Внимательно следить за своим самочувствием, если во время выполнения упражнения твое состояние ухудшилось, нужно немедленно сообщить учителю.

(слайд 4)



## Требования безопасности после окончания урока

- ✦ После того, как учитель даст разрешение на выход из зала или с площадки, учащиеся должны организовано выйти в раздевалку, где необходимо обязательно переодеться, переобуться.
- ✦ Если ученик плохо себя чувствует, то он должен обязательно сообщить учителю.

### **3.Разминка.**

#### 1. Ходьба.

- руки в стороны, на носках;
  - руки вверх, на пятках;
  - руки на поясе, с перекатом пятки на носок;
  - с выпадами правой, левой ноги вперед;
  - с отведением прямых рук в стороны;
  - руки на плечи, круговые вращения вперед; назад;
- БЕГОМ МАРШ!**

#### 2.Бег.

- приставными шагами правым боком вперед;
- приставными шагами левым боком вперед;
- приставными шагами попеременно правым левым боком вперед;
- «змейкой»;
- по диагонали, прыжками на правой ноге;
- по диагонали, прыжками на левой ноге;
- через центр, с выносом прямых ног вперед;
- через центр, с выносом прямых ног назад;
- по диагонали, спиной вперед.

**ШАГОМ МАРШ! ВОСТАНАВЛИВАЕМ ДЫХАНИЕ!**

#### 4.ОРУ с футбольными мячами.

1) И.п – о.с., мяч внизу.

на 1-2 – вращение головой в правую сторону,

на 3-4 – вращение головой в левую сторону.

2) И.п – о.с., мяч внизу.

на 1 – мяч вверх, прогнуться в спине,

на 2 – мяч вниз, прогнуться в спине,

на 3 – мяч вперед, присесть,

на 4- и.п.

3) И.п. – о.с., мяч внизу.

на 1 – выпад вперед правой ногой, мяч вперед;

на 2 – и.п.;

на 3 выпад вперед левой ногой, мяч вперед;

на 4 и.п.

4) прыжки вверх с выбросом мяча.

### **Специальные подготовительные упражнения.**

- перекаты с пятки на носок на мяче (правой, левой ногой);

- ведение мяча по кругу вперед, назад носком ( правой, левой ногой);

- передача мяча с правой на левую ногу;

### **2. Основная часть.**

Ведение мяча – прием, позволяющий игроку с мячом перемещаться по полю.

Ведение мяча ногой – сочетание бега, режы ходьбы и ударов по мячу ногой различными способами.

*Техника Ведения мяча ногой:*

Прямолинейное движение с мячом осуществляется средней частью подъема и носком, перемещение по дуге – внутренней частью.

1. Подготовительная фаза – последний толчок маховой ноги, опорная ставится сбоку от мяча.

2. Рабочая фаза – маховая нога производит удар.

3. Завершающая фаза – тяжесть тела переносится на маховую ногу.

( слайд 5)

## Техника ведения мяча

- Ведения мяча выполняют во время бега ударами один за другим по мячу. Удары эти должны быть такими, чтобы мяч отскакивал на желаемое расстояние вперед. При ведении старайтесь держать голову так, чтобы видеть мяч и окружающую обстановку.
- По прямой линии мяч вести внешней частью подъема.
- При ведении мяча между фишками мяч нужно вести внутренней частью подъема.
- Для этого необходимо выставить навстречу мячу ногу так, чтобы мяч дотронулся подошвы. Ступня в этот момент повернута носком вверх.
- Туловище должно быть наклонено вперед.



### **1. Упражнения с мячом.**

- ведение мяча по прямой;

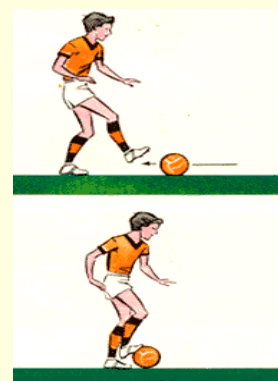
- ведение мяча по кругу;

- ведение мяча с остановкой.

(слайд 6)

## Остановка мяча, который катится

- Для остановки мяча подошвой необходимо ногу, немного согнутую, выставит к мячу, который катится навстречу так, чтобы мяч дотронулся до подошвы. Ступня в этот момент повернута носком вверх.
- Мягкость остановки мяча достигается отведением ноги немного назад в момент сближения мяча с подошвой.
- Вынос ноги вперед приведет к отскоку мяча от игрока.
- Туловище в момент остановки мяча должно быть немного наклонено вперед.



- ведение мяча «змейкой»;

- ведение мяча со сменой ног.

2. Двухсторонняя игра «мини- футбол».

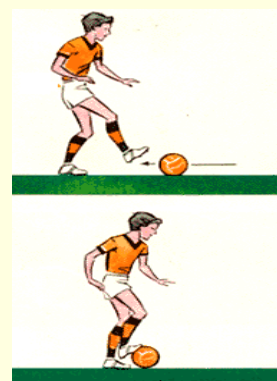
(обратить внимание на технику ведения мяча)

**3. Заключительная часть.**

Упражнения для восстановления дыхания.

Построение, подведение итогов урока.

Рефлексия.

		<p style="text-align: center;"><b>Остановка мяча, который катится</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Для остановки мяча подошвой необходимо ногу, немного согнутую, выставит к мячу, который катится навстречу так, чтобы мяч дотронулся до подошвы. Ступня в этот момент повернута носком вверх.</li> <li>■ Мягкость остановки мяча достигается отведением ноги немного назад в момент сближения мяча с подошвой.</li> <li>■ Вынос ноги вперед приведет к отскоку мяча от игрока.</li> <li>■ Туловище в момент остановки мяча должно быть немного наклонено вперед.</li> </ul>  <p>- ведение мяча «змейкой»;</p> <p>- ведение мяча со сменой ног.</p> <p><u>2. Двухсторонняя игра «мини- футбол».</u></p> <p>(обратить внимание на технику ведения мяча)</p> <p><b>3. Заключительная часть.</b></p> <p>Упражнения для восстановления дыхания.</p> <p>Построение, подведение итогов урока.</p> <p>Рефлексия.</p>
14	Описание возможных методических вариантов урока в зависимости от аудитории	В классах, где дети при ведении мяча далеко отпускают от себя мяч, можно выполнять упражнения с мячом в медленном темпе или пешком.
15	Прогноз возможных учебных действий, реакции различных групп учащихся, желаемых результатов	Все обучающиеся поймут задачи урока, исправят свои ошибки.

