

План-конспект уроку № _

Для учнів __-х класів Запорізької гімназії №11

Тема уроку: Футбол

Дидактична мета:

Формування рухливих навичок та вмінь з техніки гри в футбол (ведення м'яча, удар по м'ячу внутрішнім боком стопи, головою, зупинення м'яча, жонглювання)

Розвиваюча мета:

Фізичний та особистісний розвиток учнів за допомогою гри в футбол.

Пізнавальна мета:

Засвоєння правил гри в футбол, техніки безпеки на уроці з футболу.

Виховна мета:

Створення умов для поліпшення мотивації учнів до занять фізичною культурою, гри в футбол та покращення ставлення до особистого здоров'я.

Особистісно-значима для учнів мета:

Підготовка до тематичної атестації, оцінювання досягнень учнів.

Завдання уроку:

1. Скласти представлення щодо правил гри у футбол.
2. Сприяти формуванню техніки гри у футбол(вкидання, гра головою)
3. Сприяти формуванню в учнів навичок самостійної діяльності засобами фізичних вправ щодо розвитку сили та гнучкості.
4. Сприяти розвитку спритності та координації рухів учнів
5. Сприяти формуванню позитивного ставлення учнів до занять фізичними вправами ігрової спрямованості шляхом створення позитивного емоційного настрою під час вправляння.

Інвентар: футбольні м'ячи, лото – 2, скакалки – 10

Зміст уроку	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
1. Підготовча частина уроку Організаційний момент Замір ЧСС у спокої. Учні в положенні сидячи заміряють ЧСС за 1хв. Команди починають виконувати біг та ходьбу Спеціальні бігові вправи; Біг з високим підніманням стегна Біг з захлестом гомілок назад Стрибки Лідери починають виконувати вправи, команди стають в коло 2.Основна частина уроку Інтерактивна гра «Лото» Гравцям пропонується скласти лото. На кожне запитання потрібно підібрати правильну відповідь та виконати завдання. Інтерактивна гра «Плутанина»		Норма-70 уд/хв. Розподілити учнів за лігами: 1-основна; 2- підготовча; 3- спеціальна Основна- по жовтій лінії, підготовча- білої, спеціальна виконує ходьбу-хрест-навхрест Фронтальний метод Після складання правильної відповіді команда виконує завдання. Груповий метод На виконання вправи

Гравці повинні взятися за руки і протягом 30 с, не розриваючи їх, заплутати створений ланцюжок. Гравці протилежної команди за сигналом повинні його розплутати. Інтерактивна гра «Я+ТИ=МИ» Команди шикуються у дві колони. За командою вчителя гравці кожної команди перешикуюються - за ростом; - за довжиною волосся; - за ім'ям в алфавітному порядку; - за датою народження. Інтерактивна гра «АБВГДейка». З використанням наявних карток слід скласти слово зі спортивної тематики. Якщо літер не достає їх демонструє учасник команди. Техніка гри у футбол: Вкидання Гра головою Скласти лото з правил гри у футбол		дається 1 хвилина. Потім команди міняються ролями Команди повинні якомога швидше та без помилок виконати перешикування за завданням. Ігровий метод Перемагає та команда, яка найшвидше склала найдовше слово спортивної тематики. Ігровий метод Змагання: хто далі кине м'яч На відстані 3 м стають гравці Яка команда відповість краще та швидше
---	--	--

Інтерактивна гра «Веселий обруч» Гравці тримаються за руки та утворюють коло. На руці одного з гравців знаходиться обруч. За сигналом учителя гравці, не розриваючи руки, переступають по колу крізь обруч. 3. Заклучна частина уроку 1. Ходьба по каштановій доріжці та канату Дихальні вправи для профілактики грипу та ОРВІ Масаж 2. Сісти на лавку, підведення підсумків уроку. Рефлексія 3. Вписати: на картках певного кольору своє прізвище: - червона картка – оцінка 7; - жовта картка – оцінка 9; - зелена картка – оцінка 12 4. Домашнє завдання: Скласти комплекс для розвитку сили м'язів рук та комплекс для розвитку гнучкості.		Перемагає команда, яка найшвидше перемістить по колу обруч. Правила масажу Проаналізувати індивідуальні досягнення учнів на уроці. Комплекс складається із 5 вправ
--	--	--

