**УРОК ФУТБОЛА**

**Тема:** Контроль мяча

**Класс : 4 "Г"**

**Преподаватель:** Токпанова Молдир Каржаубайкызы

**Инвентарь: •** Фишки **•**Манишки **•**Переносные ворота

**•**Мячи **•**Конусы **•**Стойки для обводки

**Цель урока:**  Закрепление техники контроля мяча.

**Задачи:**

Образовательная: Совершенствование техники приемов контроля мяча.

Воспитательная: Обучение ориентации в пространстве.

Оздоровительная: Развитие координационных способностей.

**Продолжительность занятия: 40 минут**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Содержание занятия** | Дозировка | **Организационно –**  **методические указания** |
| **Подготовительная часть 8 минут** | | | |
| **1.** | **Построение. Приветствие. Организационный момент. Уточнение задач на занятие.** | | |
| **2.** | **Общеразвивающие упражнения на месте и в движении:**  1. Ходьба и её разновидности:  а) ходьба на носках;  б) ходьба на пятках;  в) переходы с пятки на носок;  г) ходьба в полуприседе;  2. Бег и его разновидности:  а) бег в медленном темпе;  б) бег с захлестыванием голени;  в) бег с высоким подниманием бедра;  г) приставными шагами правым боком; левым:.  О.Р.У  **1.**И.П.С.Н.В, руки на поясе  1-4- круговые движения головы вправо  5-8- влево  **2.** И.П.С.Н.В, руки на поясе  1- наклон головы вперед  2- назад  3- право  4- влево  **3.** И.П.С.Н.В, руки к плечам  1- 4 круговые движения в плечевом суставе вперед  5- 8 назад  **4.** И.П.С.Н.В, правая рука вверху, левая внизу  1- 2 отведение правой руки назад  3- 4 смена положения рук, то же самое с другой руки  **5.** И.П.С.Н.В, руки на поясе  1-2- наклон туловища вправо  3-4- наклон туловища влево  **6.** И.П.С.Н.В, руки на поясе  1- выпад правой ногой вперед  2- И.П.  3- выпад левой ногой вперед  4- И.П.  **7.** И.П.О.С, руки на поясе  1-3- прыжки на двух ногах  4- прыжок – 360 радусов  **8.** И.П.О.С, руки вперед в замок. Круговые движенияголеностопа. | 8 мин  3'  5'  6'  8-10 раз  8-10 раз  8-10 раз  8-10 раз  8-10 раз  8-10 раз  8-10 раз  8-10 раз | Обратить внимание на готовность класса к уроку.  Краткость и четкость в изложении.  Четкость выполнения предварительной и исполнительной команды.  Дистанция 2 шага, следить сзади идущий. Следить за осанкой, при ходьбе на носках ноги не сгибать, руки в стороны.  Дистанция 2 шага.  Бег с max усилием.  Частота вращения близка к max .  Руки работают вдоль туловища, частота работы ног близка к max |
| **Основная часть 30 минут** | | | |
| **3.** | **1)** Передачи мяча внутренней стороной, прием мяча стопой;  **2)** Удары мяча по гимнастической скамейке;  **3)** Ведение мяча змейкой;  **4)** Удары мяча головой: | 18 мин. | **Задача:** Закрепление приемов контроля мяча на месте и в движении (перекаты мяча, ведения).  **Содержание:** Учитель показывает ученикам различные приемы контроля мяча (с помощью внутренней или внешней стороны стопы, подъема, а также подошвы) и просит повторить и закрепить эти приемы по его команде. Выполняют технические элементы на месте и в движении.  **Требование:**  Контроль мяча, движение с мячом в свободное пространство.Поддержание позитивного настроя. |
| **4.** | **ИГРА В ФУТБОЛ**  3х3, 4х4 + вратари | 12 мин. | **Задача:** закрепление технических навыков контроля мяча. Знакомство с пространственной ориентацией игроков во время игры.  **Содержание:** свободная игра малыми составами на площадке размером 20м х 20м (1/2 стандартной площадки 20х40м).  Ворота размером 1м х 1,5м.  **Требования:** при приеме мяча не бить в одно касание, применять технические приемы, с которыми знакомились на занятии. Поддержание высокого положительного эмоционального настроя и радости от игры. |
| **Заключительная часть 2 минуты** | | | |
| **5.** | Упражнения на восстановление координации движений (молоток, пила; поглаживание головы, круговые движения рукой по животу:)  Подведение итогов. | 2  мин. |  |