

План конспект № 18-19
для 5 класу
МОДУЛЬ «Футбол» (1-й РІК ВИВЧЕННЯ;)

Завдання уроку:

- 1) навчати поєднання прийомів пересування з володінням м'ячем;
- 2) закріпити удари зовнішньою частиною підйому по нерухомому м'ячу;
- 3) повторити зупинку м'яча внутрішньою стороною ступні

Інвентар: футбольні м'ячі; лави

Частина уроку	Зміст	Дозу -вання	Організаційно-методичні вказівки
Підготовча (11-12 хв.)	Шикування в одну шеренгу.	До 1 хв	За зростом біля лінії. Привітання.
	Повідомлення завдань уроку.	До 1 хв	Перевірити наявність учнів.
	Ходьба: звичайним кроком, у напівприсіді, з різним положенням рук.	1–1,5 хв	По колу в колону по одному, дистанція 2 кроки.
	Повільний біг.	2–3 хв	Зберігати дистанцію два кроки.
	Перешикування.	До 30 с	У дві шеренги, розімкнути на відстань витягнутих рук.
	Комплекс ЗРВ у парах.	5–5,5 хв	Див. додаток 3.
	Кувирок уперед — стрибок угору	1–2 хв	Зберігати рівновагу під час приземлення
Основна (30-32 хв.)	Поєднання прийомів пересування з володінням м'ячем.	6–8 хв	Змінюючи способи ведення м'яча (внутрішньою і зовнішньою частиною підйому), із прискоренням і уповільненням, змінюючи напрямок руху.
	Удари зовнішньою частиною підйому по нерухомому м'ячу.	10–12 хв	Влучити у маленькі ворота або намальований на стіні квадрат.
	Зупинка м'яча: ••м'ячі пружні рухи, згинаючи коліно правої та лівої ноги; ••зупинки м'яча після відскоку	10–12 хв	Почергово одне за одним. Індивідуально без м'яча: стоячи на опорній нозі, намагаючись зберегти рівновагу. У парах, м'яч підкидає партнер
Заключна (3-4 хв.)	Ходьба зі зміною темпу.	2–3 хв	Зміна темпу — за сигналом учителя.
	Шикування в одну шеренгу.	До 30 с	За зростом біля лінії.
	Домашнє завдання	До 30 с	
	Підбиття підсумків	До 30 с	Відмітити кращих