

Раздел 7. Улучшение навыков посредством игр (футбол)

Тема урока: Техника безопасности.
Развитие основных элементов техники
владения мячом

6 класс

Цель обучения

- 6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья;
- 6.1.1.1 - применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий

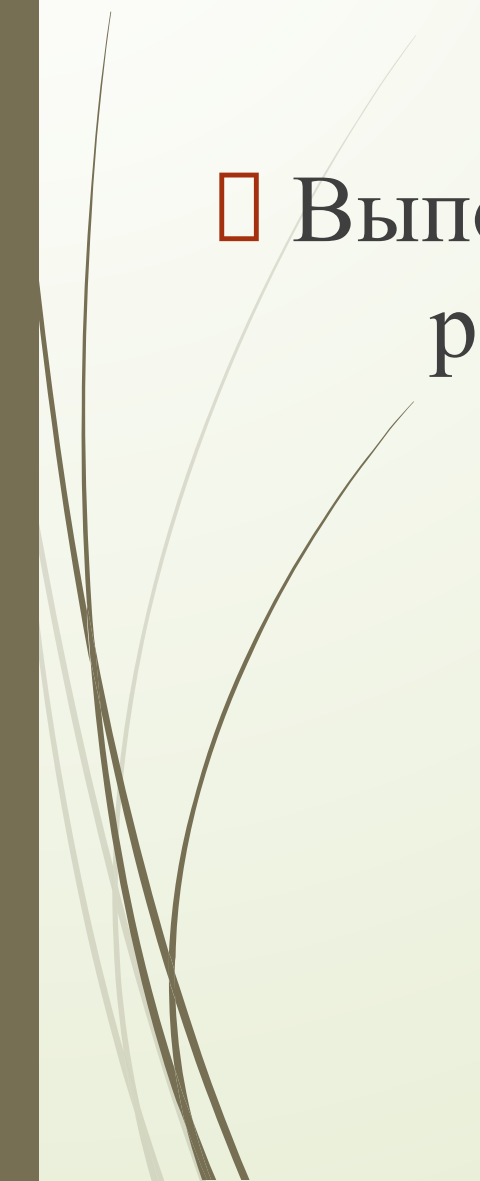


Цель урока

- Закрепить технические приемы ведения мяча, удара внешней частью подъема.
- 



Критерии оценивания

- Выполняет двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности
- 

Задание № 1 (Г, Д)

- Задача: научить контролю мяча, и укрыванию его от соперника корпусом. Показ учителем или подготовленным учащимся различных приемов контроля мяча с помощью внутренней или внешней стороны стопы, подъема, а так же подошвы. Учащиеся выполняют эти приемы по его команде. Когда игроки освоят эти приемы с мячом, начинается игра. Содержание: Игроки работают в парах. У одного игрока мяч находится в руках, у второго — в ногах. По сигналу игрок с мячом в ногах начинает ведение в любом направлении в пределах площадки. Игрок с мячом в руках должен бросить мяч так, чтобы попасть им в мяч партнера. Каждый раз, когда это удастся сделать, он зарабатывает одно очко. Через 60 секунд игроки меняются ролями. Кто набрал больше очков, тот выиграл. Требования: Не отпускать далеко мяч. Ноги полусогнуты, чтобы сохранять равновесие и быстро менять направление движения. Видеть, слышать и чувствовать оппонента. Во время броска мяча оппонентом менять направление движения, при помощи разворота с мячом.

Задание №2 (Г, Д, Ф)

Учащиеся закрепляют технические навыки

- контроля мяча и разворотов, ознакомление с пространственной ориентацией игроков во время игры.
- Содержание: свободная игра малыми составами на площадке размером 20м х 20м (1/2 стандартной площадки 20х40 м).
- Ворота размером 1м х 1,5м.
- Требования: при приеме мяча не бить в одно касание, применять технические приемы: ведение мяча «в шаге», развороты с мячом с уходом в свободное от игроков пространство.
- **Дескрипторы:**
 - -соблюдает правила ТБ;
 - - применяет технические приемы
- **ФО:** взаимооценивание, наблюдение

□ *Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема* — основные способы ведения мяча в футболе. Они дают возможность выполнять перемещения по прямой, по дуге, с изменением направления. При ведении внутренней и внешней частью подъема игрок ударяет по мячу той же частью поверхности ноги, которой выполнялись идентичные удары. Ведя мяч внутренней частью подъема, подросток разворачивает носок и колено ноги немного наружу.

□ Для ведения внешней частью подъема стопа и колено поворачиваются внутрь. При ведении мяча по прямой удар наносится в центр мяча, при ведении по дуге — по той части, которая дальше от опорной ноги.

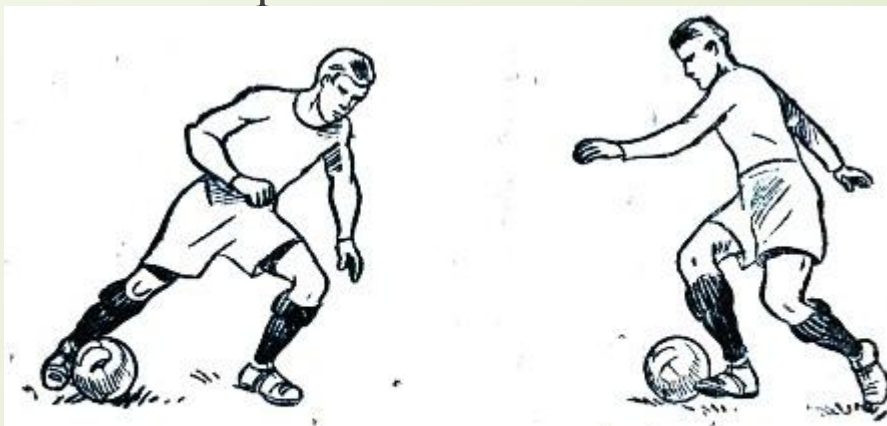


Рис. 53. Ведение мяча вправо внешней стороной подъёма правой ноги

Рис. 54. Ведение с толчком по мячу при начале шага. Атака противником слева затруднена

□ **Удар внешней частью подъема по неподвижному мячу с прямого разбега** (рис. 13, 14 и 15).

Опорную ногу ставят сбоку и сзади в 10—15 см от мяча. Ступня бьющей ноги поворачивается носком внутрь и, готовая к удару, движется к мячу.

Выпрямляясь сильным маховым движением, нога наносит удар в нижнюю половину мяча. Корпус при этом наклоняется вперед.

