

## **Конкурсное задание «Фрагмент урока или внеклассного занятия»**

### **Разработка урока физической культуры для 3 класса**

**Тема:** Совершенствование техники ведения мяча (с учетом требований обновленных ФГОС НОО)

**Цель:** Создать условия для освоения и совершенствования техники ведения мяча с опорой на развитие двигательной активности, координации и игровой мотивации.

#### **1. Личностные:**

- Формировать интерес к занятиям физической культурой.
- Развивать ответственность и дисциплинированность при выполнении заданий.

#### **2. Метапредметные:**

- Развивать регулятивные УУД (целеполагание, контроль, коррекция).
- Формировать коммуникативные УУД (работа в парах и группах).
- Способствовать развитию познавательных УУД (анализ и осмысление действий).

#### **3. Предметные:**

- Закрепить передачу мяча внутренней стороной стопы;
- Повторить остановку мяча подошвой;
- Ознакомить с техникой финт «уходом» с переносом ноги через мяч;
- Способствовать скоростной выносливости.

#### **Используемые методы:**

- Практический (выполнение упражнений);
- Игровой;
- Проблемный (поиск оптимального решения при выполнении упражнений).

### **Ожидаемые результаты урока:**

**Личностные:** учащиеся будут проявлять интерес к физической культуре и уважительное отношение к правилам взаимодействия.

**Метапредметные:** учащиеся научатся работать в группах, анализировать и корректировать свои действия.

**Предметные:** дети закрепят технику ведения мяча и смогут использовать этот навык в играх.

**Инвентарь:** футбольные мячи, ворота, фишки, конусы, стойки для разметки.

**Место проведения:** спортивная площадка или спортивный зал.

**Продолжительность урока:** 40 минут

### **План урока:**

| <b>№</b>                                  | <b>Содержание урока</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Дозировка</b> | <b>Организационно-методические указания</b>                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Подготовительная часть (10 минут )</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                  |                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 1                                         | Построение в шеренгу.<br>Приветствие.<br>Проверка готовности к уроку (внешний вид, наличие мячей).<br>Краткое объяснение темы урока:<br>- Сегодня мы будем учиться лучше управлять мячом. Это пригодится вам в играх, соревнованиях и даже в жизни!                                                          | 2 минуты         | В шеренгу, обратить внимание на внешний вид.                                                                                                                                                                                                     |
| 2                                         | Общеразвивающие упражнения с мячом в движении.<br>1 Ходьба на носках, мяч внизу;<br>2 Ходьба на пятках, мяч за голову;<br>3 И.п. – Ходьба мяч за голову;<br>4 И.п. – Наклон вперед, мяч у правой ступни;<br>5 Ходьба выпадами, мяч кистью катим между ногами «восьмеркой»;<br>6 Ходьба в полном приседе, мяч | 4 минуты         | В обход, в колонну по одному, с мячом в руках. Руки прямые, дистанция, один шаг от одного, фронтальный метод. Мячом достать до носка, правой, левой ноги. Руки прямые, при каждом шаге колено касается мяча с максимальной частотой и амплитудой |

|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                      |                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                       | вперед;<br>7 Прыжки в полном приседе, мяч за голову;<br>8 Прыжки приставным шагом, правым боком, круговые обороты мяча вправо;<br>9 То же, левым боком;<br>10 Бег с высоким подъемом бедра, мяч вперед;<br>11 Бег с забрасыванием голени вперед, мяч за голову;<br>12 Ходьба, восстанавливая дыхание. |                                      |                                                                                                                                                          |
| 3                                     | 1 Наступить на мяч сверху правой ногой, катить его вперед-назад стопой;<br>2 То же, левое ногой;<br>3 То же, но катить слева направо перед собой правой ногой;<br>4 То же, левой ногой;<br>5 То же вокруг себя, слева, справа;<br>6 И.п. то же правая нога назад: 1-4-прыжком изменение положений ног | 4 минуты                             | Внутреннюю, внешнюю стороны<br>Небольшими толчками, стопу от мяча не отрывать, левой ногой чуть отрывать ногу от мяча                                    |
| <b>Основная часть (28 минут)</b>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                      |                                                                                                                                                          |
| 4                                     | Передача мяча внутренней стороной стопы. Остановка подошвой.                                                                                                                                                                                                                                          | 3 минуты                             | Сочетать остановки и удары по мячу без ведения мяча                                                                                                      |
| 5                                     | Эстафеты с элементами футбола<br>1 Обводка фишек;<br>2 Удары на точность:<br>Первый держит мяч. По сигналу первый ставит мяч на определенную линию и бьет по нему в ворота. Бежит за мячом передает следующему, а сам становится последним;<br>3 «Собери урожай» по командам.                         | 3 минуты<br>3 минуты<br><br>4 минуты | Вместо палки может быть мяч. Капитаны начинают после условного сигнала. 3-4 фишки стоят друг от друга на расстоянии 3-5 м. Выстраиваются напротив ворот. |
| 6                                     | Игра в футбол на двух половинах, по упрощенным правилам на 2 ворот                                                                                                                                                                                                                                    | 15 минут                             |                                                                                                                                                          |
| <b>Заключительная часть (7 минут)</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                      |                                                                                                                                                          |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |          |  |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--|
| 7 | <p>Упражнения на восстановление:</p> <p>1 Ходьба на месте с глубокими вдохами и выдохами;</p> <p>2 потягивание вверх, наклоны вперед;</p> <p>3 Круговые вращения руками.</p> <p>Рефлексия. Беседа с учениками:</p> <p>- Что получилось лучше всего?</p> <p>Какие задания показались сложными?</p> <p>Самооценка и оценка учителя:</p> <p>- Сегодня каждый старался, и это важно! Отметим самых активных и внимательных!</p> <p>Мотивация к продолжению работы:</p> <p>- Освоив технику ведения мяча вы сможете легко играть в футбол или баскетбол.</p> <p>Тренируйтесь, и вы станете мастерами!</p> | 3 минуты |  |
| 9 | <p><b>Рефлексия:</b></p> <p>Беседа с учениками:</p> <p><i>-Что получилось лучше всего?</i></p> <p><i>Какие задания показались сложными?</i></p> <p>Самооценка и оценка учителя:</p> <p><i>-Сегодня каждый старался, и это важно! Отметим самых активных и внимательных!</i></p> <p><b>Мотивация к продолжению работы:</b></p> <p><i>-Освоив технику ведения мяча, вы сможете легко играть в футбол или баскетбол.</i></p> <p><i>Тренируйтесь, и вы станете мастерами!</i></p> <p>Построение, подведение итогов урока, прощание.</p>                                                                  | 2 минуты |  |

Урок составлен с учетом возрастных особенностей и образовательных результатов, предусмотренных ФГОС НОО.

**Используемая литература:**

Учебник М.Я. Виленский, «Физическая культура 5-6-7 классы». Москва. Просвещение, 2014 год. Учебник В.И. Лях, А.А. Зданевич «Физическая культура 8-9 классы». Москва. Просвещение, 2014 год  
Физическая культура. 1-4 класс. Учебник для общеобразовательных организаций. / А. П. Матвеев. — М.: Просвещение, 2014  
А.А. Бишаева. Физическая культура: учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования.— 4-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2016