Корректировка программы на период обучения с применением дистанционных образовательных технологий

Ф.И.О. уителя: Шихкамалова Диана Расимовна

Учебный предмет: Физическая культура

Класс: 3А,3Б

| Дата | Тема урока | Форма проведения урока | Задания с указанием образовательного ресурса | Форма предоставления результата | Дата, время предоставления результата | Текущая аттестация, оценивание |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3А:14.04.20  3Б:13.04.20 | Элементы техники футбола | дистанционная | Российская электронная  школа ,3 класс,УРОК 49 | Письменно ответить на вопрос | shihkamalova77@gmail.ru | Фронтальная |
| 3А:15.04.20  3Б:15.04.20 | Элементы техники футбола | дистанционная | Российская электронная  школа ,2класс,УРОК 34 | Письменно ответить на вопрос | 3А: 16.04.20  3Б: 09.04.20  До 20:00  shihkamalova77@gmail.ru | Фронтальная |
| 3А:16.04.20  3Б:16.04.20 | Элементы техники футбола | дистанционная | Российская электронная  школа ,3 класс,УРОК 37 | Письменно ответить на вопрос | 3А: 17.04.20  3Б: 17.04.20  До 20:00  shihkamalova77@gmail.ru | Фронтальная |
|  |  |  |  |  |  |  |

Тема урока: Элементы техники футбола

Футбол – командная игра, целью которой является забить мяч в ворота соперников ногами или другими частями тела без помощи рук. Побеждает та команда, которая забила большее количество мячей.

Давайте рассмотрим необходимые навыки, которыми должен обладать профессиональный футболист: превосходное владение мячом, правильное выполнение перемещений, точные удары по мячу и многое другое.

Перемещение – бег с мячом по футбольному полю. Передача мяча от одного игрока к другому игроку этой же команды называется пасом. Передачи мяча в футболе — это нити, связывающие действия игроков в единую картину игры, объединяющие игроков в команду. Пасы определяют темп игры, также служат средством для преодоления значительного расстояния и позволяют делать нападающие и оборонительные действия. Вид паса играет очень важную роль. В футболе существует достаточно много разновидностей паса, из них три основных это: Обычный пас «щёчкой» - пас, при котором удар по мячу происходит внутренней стороной стопы. Пас навесом - удар, при котором нога необходимо разместить под мяч. Пас подсечкой - используется когда необходимо закинуть мяч за спины защитников, с последующим выходом один на один с вратарём.

Рассмотрим подробнее пас «щёчкой». Его выполняют внутренней частью стопы. Корпус при этом должен перемещаться по направлению передачи. Чтобы более точно совершить удар, нужно поставить слегка согнутую в колене опорную ногу на расстояние 10-15 см от мяча и чуть сбоку. Носок этой ноги должен точно «указывать» направление удара. Стопу согнутой в колене бьющей ноги нужно сильно развернуть наружу и закрепить в голеностопном суставе. Ударяя по мячу, подошву бьющей ноги нужно «пронести» над поверхностью земли так, чтобы «щёчка» точно соприкоснулась с серединой мяча.

Тема урока: Элементы техники футбола

**Ведение мяча** – это удары по мячу, следующие один за другим, которые выполняются во время бега или ходьбы в футболе. При ведении футболист полностью контролирует мяч, ударяя по нему так, чтобы он каждый раз отлетал на необходимое расстояние.

Ведение мяча происходит, когда невозможно передать мяч другому игроку, а нужно самостоятельно переместить мяч из одной точки поля в другую. При этом, ведение мяча – не один удар на большое расстояние, а несколько последовательных ударов, не прерываемых другим игроком команды или соперником.

В футболе существуют разные **способы ведения**. Чаще всего применяют ведение мяча внешней частью подъёма. Также используют ведение средней и внутренней частями подъема, внутренней стороной стопы и носком.

Рассмотрим каждый способ подробнее.

Для выполнения **ведения мяча внешней частью подъёма** нужно развернуть стопу бьющей ноги носком внутрь.

При **ведении** **внутренней частью подъёма** необходимо отклониться в сторону от мяча и согнуть бьющую ногу. Также, нужно немного развернуть наружу стопу бьющей ноги и потянуть носок.

Удары по мячу при **ведении средней частью подъёма** выполняются, когда носок бьющей ноги оттянут вниз. Следует помнить, что неподготовленному игроку опасно осуществлять такой удар, так как можно зацепить носком землю.

**Ведение мяча носком** выполняют напряжённой и немного согнутой ногой. Носок при этом нужно приподнять.

Для **ведения внутренней стороной стопы** необходимо развернуть колено и стопу бьющей ноги наружу.

**Задание**: Способы ведения мяча

Выберите способы ведения мяча в футболе.

* Ведение головой
* Ведение внутренней частью подъёма
* Ведение носком
* Ведение средней частью подъёма
* Ведение бедром
* Ведение внутренней стороной стопы
* Ведение внешней частью подъём
* Тема урока: Элементы техники футбола

Футбол — это увлекательная игра ногами с мячом. Родиной современного футбола, считается Англия. Команда состоит из 11 футболистов: десять полевых игроков и один вратарь.

**Остановка мяча** – это технический приём, который так же важен, как удар и передача. По остановке судят об уровне подготовки футболиста.

Прервать движение мяча можно любой частью тела (кроме руки). Но самой практичной является нога. Остановка высоко летящего мяча в футболе осуществляется головой и грудью.

**Ведение мяча** - не менее важное умение футболиста. Спортсмен выполняет ведение мяча во время бега за счёт ударов по мячу.

Особенности техники:

Мяч отскакивает в сторону на расстояние, которое определяет футболист.

Футболист самостоятельно анализирует траекторию движения мяча. При правильном ведении мяча становится возможной правильная передача мяча напарнику по команде. Появляется выход на позицию, которая позволяет приблизиться к воротам.

ЗаданиеВыберите правильный вариант ответа.

Укажите, как правильно ставить стопу при ударе «щёчкой».

* Внутренней поверхностью стопы
* Внешней поверхностью стопы
* Передней поверхностью стопы
* Пяткой