

Конспект урока по физической культуре для 2 класса

Тема: Футбол. Ведение мяча и удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу.

Класс: 2

Продолжительность: 40 минут

Место проведения: спортивный зал или спортивная площадка

Инвентарь: резиновые или футбольные мячи (размер 3–4), фишки (конусы), ворота или ориентиры, свисток.

Цели урока:

1. Образовательная: познакомить с ведением мяча и ударом внутренней стороной стопы по неподвижному мячу; закрепить остановку мяча подошвой.
2. Развивающая: развивать координацию, ловкость, быстроту реакции, внимание и чувство мяча.
3. Воспитательная: воспитывать интерес к футболу, умение работать в команде, дисциплинированность и взаимопомощь. ---

Ход урока

Содержание	Дозировка	Методические указания
I. Подготовительная часть (10–12 мин)		
1. Построение, приветствие, сообщение задач урока. Инструктаж по технике безопасности: соблюдать дистанцию, не бить мячом в лицо, не толкаться.	2 мин	Проверить готовность класса, наличие спортивной формы и обуви.
2. Ходьба: обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра.	2 мин	Следить за осанкой, дыханием
3. Бег: обычный, «змейкой» между фишками, с остановкой по сигналу.	3 мин	Темп средний, не обгонять впереди бегущего
4. ОРУ с мячом: вращения мяча вокруг туловища, наклоны, махи ногами, перекаты с ноги на ногу, вращения в голеностопных суставах.	4 мин	Особое внимание — разогреву голеностопа и коленей.
II. Основная часть (22–24 мин)		
1. Игровое упражнение «Мяч по кругу»: дети стоят в кругу и передают мяч ногой внутренней стороной стопы друг другу.	3 мин	Не спешить, ставить опорную ногу рядом с мячом.
2. Упражнение «Передай и останови»: в парах на расстоянии 2–3 м передача мяча	5 мин	Смотреть на мяч, голеностоп напряжён.

внутренней стороной стопы, остановка подошвой.		
3. Упражнение «Удар по воротам»: по очереди с 3–4 м забить мяч в ворота или между конусами внутренней стороной стопы.	5 мин	Опорная нога сбоку от мяча, носок смотрит в цель.
4. Подвижная игра «Забей гол»: команды по 3–4 человека, по очереди бьют по воротам.	5 мин	Не толкаться, соблюдать очередность.
5. Игра «Мини-футбол 2×2» без вратарей по упрощённым правилам: гол засчитывается после передачи партнёра.	6 мин	Играть дружно, соблюдать правила безопасности.
III. Заключительная часть (3–5 мин)		
1. Восстановление: медленная ходьба, дыхательные упражнения, растяжка мышц ног.	2 мин	Дыхание спокойное, глубокое.
2. Рефлексия: что понравилось? Что было трудно?	1–2 мин	Выслушать ответы детей, похвалить за старание.
3. Итоги урока, домашнее задание: повторить ведение мяча правой и левой ногой, поиграть с мячом дома.	1 мин	Отметить активных учеников.

Основные технические ошибки (подсказки для учителя):

1. **Положение опорной ноги:** если нога слишком далеко или близко к мячу — теряется равновесие и точность удара.
2. **Расслабленная стопа:** если голеностоп не закреплён, удар получается слабым.
3. **Взгляд не на мяч:** дети часто смотрят на ворота, а не на мяч, из-за чего удар неточный.
4. **Удар носком:** в начальной школе нужно приучать бить внутренней стороной стопы, а не «пыром».



Директор: _____

/ Мята С.В./