*Конспект физкультурно - тренировочного занятия*

**«ХОККЕЙ»**  (подготовительная к школе группа)

**Дата проведения**: апрель 2013 года.

**Место проведения**: спортивный зал МДОУ.

**Кол-во детей:** 10 чел.

**Продолжительность:** 30 мин.

**Педагог:** Аверина Вера Ивановна.

**Способы организации:** групповой,поточный, одновременный.

**Цель:** *обучить* детей старшего дошкольного возраста элементам игры в хоккей.

**Задачи:** 1. *Обучать* ведению шайбы, обходя препятствия. Дать знания об Олимпийских играх 2014 года.

2. *Совершенствовать* развитие интегративного качества «Физическое развитие»: ловкости, быстроты, выносливости; развитие личностных качеств: выдержки, внимания. Закрепить навык владения клюшкой (умение правильно держать клюшку, вести шайбу в прямом направлении.

3. *Воспитывать* дружеские взаимоотношения, привычку к ЗОЖ, желание заниматься спортом.

**Интеграция с образовательными областями:**

*Здоровье* – упражнения в ходьбе и беге на осанку и профилактику плоскостопия.

*Познание* – ориентировка в пространстве, движение с клюшкой, обходя препятствия.

*Безопасность* – ходьба, бег, игры по сигналу, соблюдение дистанции и правил.

*Музыка* – ритмичная ходьба под музыку.

*Труд* – сбор инвентаря.

*Коммуникация* – взаимодействие детей во время ОРУ, основной части и игр.

**Оборудование:**  клюшки, мячи, шайбы, ворота, музыкальный центр, музыкальный и литературный ряд (загадка о хоккее, песня (муз. А. Пахмутовой сл. Н. Добронравова «В хоккей играют настоящие мужчины», «островки» (из линолеума).

**Материал:**  пластилиновый человечек высотой 20 см.; карта России на стене спортивного зала, модели изображения движений: пловца, конькобежца, лыжника, баскетболиста; иллюстрации с изображением продуктов питания, схематичное изображение упражнений, ленты, палочки, бумажные полоски разных размеров.

**Предварительная работа:**беседа о видах спорта, посещение «музея мяча», физкультурные занятия, занятия валеологического направления.

**Инд. работа**: привлечение к показу и объяснению ведения клюшки в прямом направлении Андрея, привлечь к загадыванию загадки о хоккее Настю, Станислав и Егор расставляют островки.

**Ход занятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание учебного материала** | **Дозировка** | **Организационно-методич. указания** |
| 1.  2.  3. | *Вступительная беседа.*  Дети входят в зал и встают в центре зала. Вносится пластилиновый, неустойчивый человечек (создание проблемной ситуации).  *Инструктор.* Сегодня у нас необычное занятие. Чтобы узнать, о чем пойдет речь, вы должны отгадать загадку. (Ответы детей). Что вы знаете о хоккее? (Ответы детей).  *Инструктор.* Хоккей - это зимний и летний вид спорта. Зимой в хоккей играют на льду с шайбой, а летом - на траве с мячом. Хоккей входит в программу Олимпийских игр. Это самые ответственные соревнования, в которых участвуют самые сильные, смелые и ловкие спортсмены, а значит здоровые. Вы хотите быть похожими на них? Что нужно для этого? (Ответы детей и показ слайдов).  И на сегодняшнем занятии, мы будем тренироваться, как настоящие спортсмены. Вместо гимнастической палки, мы будем использовать клюшки.  *Построение в шеренгу*  **Подготовительная часть.**  *«Мы хоккеисты»*  Ходьба в колонне по одному  Ходьба с заданием (модель движений):  - пловца;  - конькобежца;  - лыжника.  Бег без задания  Бег с заданием (модели движений)  - баскетболиста;  с остановкой по сигналу и изменением направления.  Упражнения на восстановление дыхания.  (как хоккеисты).  *Построение в 2 звена для выполнения* ***ОРУ*** *в парах (с одной клюшкой на двоих).*  1.И.п. стоя друг перед другом, одну клюшку держат перед собой в руках в вертикальном положении.  1-одновременный поворот клюшки и рук.  2-вернуться в и.п.    2.И.п. стоя парами спиной друг к другу, держа клюшку на одной стороне в руках.  1-поднять руки через стороны вверх, переложить клюшку из рук в руки над головой.  2-вернуться в и.п.  3.И.п. сидя на полу, ноги согнуты в коленях клюшка в руках, в горизонтальном положении.  Одна рука выпрямляется, другая сгибается.  4.И.п. сидя на полу, держась руками за концы палки.  1-наклон одного ребенка вперед, другой ложится на спину,  2-смена положения туловища детей.  5.И.п. стоя, лицом друг к другу, клюшка впереди на вытянутых руках.  1-присесть, держась за клюшку,  2-вернуться в и.п.  6.И.п. стоя, лицом друг к другу, ближе к концам клюшки, руки на поясе, (клюшка лежит на полу). Прыжки вперед и назад через клюшку.  Построение в 2 колонны.  **Основная часть**  ***«Проведи шайбу между островками».***  (Показ и объяснение ведения шайбы между островками (ребенком).  ***«Попади в ворота».***  Ворота расположены на расстоянии (у девочек – 3,5 метра, у мальчиков – 5 метров). Количество шайб, равно количеству детей. Каждый ребенок забрасывает шайбу в ворота своей клюшкой. Воспитатель подсчитывает количество шайб забитых в воротах.  ***П.И. «МЫ СПОРТСМЕНЫ».***  *(Игра с усложнением).* По заданию инструктора, дети должны или в паре пробежать гуськом, или проползти по - крокодильи, или в паре проползти на руках и т.д.  **Заключительная часть**  (Дети встают в центре зала группой).  ***Игра малой подвижности***  (с использованием островков).  *Инструктор.* Как вы думаете, что еще нужно для того, чтобы быть здоровыми? (Ответы детей о здоровом питании). Посмотрите, на что похожи наши островки? (На шахматную доску). Вам, необходимо выбрать полезные продукты питания, и выложить их на белые островки, а не очень полезные – на темные. Посмотрите, правильно ли вы выполнили задание.  Как еще можно использовать шахматную доску? На следующих занятиях мы будем играть в шахматы и шашки, ведь эти игры это тоже спорт, требующий выносливости, терпения. Что мы можем использовать вместо шашек? (Шайбы).  *Вывод* вместе с детьми. Чтобы быть здоровыми, необходимо правильно питаться.  Возвращаемся к пластилиновому человечку.  *Инструктор.* Как вы думаете, как мы сможем помочь нашему человечку встать на ноги? (Предложить детям выбрать материал, чтобы укрепить каркас)  *Построение в шеренгу*.  ***Подведение итога:*** чтобы быть сильными и здоровыми, необходимо укреплять мышцы, т.е. заниматься физкультурой, спортом и правильно питаться.  Что нового мы сегодня узнали на нашей тренировке? Что вам больше всего понравилось?  *Инструктор*. Вы сегодня были как настоящая хоккейная команда. | 3мин.  3мин.  30-35сек.  30-35сек.  30-35сек.  30-35сек.  30-35сек.  40-45сек.  30сек.  7мин.  12-17мин.  5-7мин.  5-7мин.  4мин.  5мин.  2-3мин.  1,5мин.  1мин. | Как вы думаете, почему человечек падает? Что нужно делать, чтобы были крепкие кости и развитые мышцы?  «И мяч, и шайбу клюшкой бей, а называюсь я… (хоккей)  (загадывается ребенком).  Показ на карте (на стене спорт. зала).  А, кто из вас знает, где будут проходить следующие зимние Олимпийские игры?  В правом верхнем углу зала.  Равняйсь! Смирно!  Ходьба под музыку «В хоккей играют настоящие мужчины».  Использование моделей с изображением видов спорта (4 штуки).  Наблюдение за осанкой и дыханием.  Девочки берут клюшки по одной на двоих во время ходьбы.  «Пропеллер» ( 10 раз)  Схематичное изображение упражнения.  «Гребля» (10 раз).  Схематичное изображение (10 раз ).  Наблюдение за осанкой.  «Качели» (8 - 10 раз).    Приседания (8 - 10 раз).  Прыжки (по 8 - 10 раз вперед и назад).  Во время ходьбы мальчики берут клюшки  Выполнение задания детьми, после показа (2 раз  «Спорт ребятам, очень нужен, мы со спортом крепко дружим.  1-2-3, быстрее всех беги». (Или «… 1-2-3- начни, ползи…).  Воспитатель раскладывает островки в шахматном порядке. Должна получиться шахматная доска.  Дети выполняют задание.  Показ на полу на шахматную доску и шайбы, которые будут использованы вместо шашек.  Детям предлагаются разные по составу и размеру материалы (ленты, палочки, бумажные полоски…).  Вместе с детьми «поставить человечка на ноги», т.е. укрепить каркас.  Подведение итогов  Оценка деятельности детей.  Выход детей из зала под музыку: «В хоккей играют настоящие мужчины». |