*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 одномуХодьба 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 клюшкиВыполнение 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 итоговОценка деятельности детей.Выход детей из зала под музыку: «В хоккей играют настоящие мужчины». |