

5 ФИЗКУЛЬТУРНОЕ Занятие

Честная игра



ВИД СПОРТА

ХОККЕЙ
С ШАЙБОЙ



ИНВЕНТАРЬ

- Картинки про хоккей с шайбой
- Клюшки или гимнастические палки по количеству детей
- Шайбы или мячи малого диаметра по количеству детей
- Хоккейные ворота не менее 2 шт.
- Фишки по количеству хоккейных ворот



ПОДГОТОВКА

- Подводящие упражнения
- Перестроение на основную часть

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

ТЕКСТ для рассказа

Наступила зима.
В школьном дворе начали заливать каток для детей.

Вода еще не застыла, но стоит подождать всего одну морозную ночь, и крепкий лед будет встречать первых учеников.

Рядом с катком уже собрались ребята с коньками, клюшками и шайбой.

Принялись делиться на команды для игры в хоккей.

Выбирать вратарей, защитников и нападающих игроков.

(Вопрос к детям: знаете ли вы такой вид спорта?)

УПРАЖНЕНИЯ

ХОДЬБА по кругу
с клюшкой в руках



ДОЗИРОВКА

На протяжении
данного отрезка
рассказа

ОМУ

Во время движения
воспитатель выдает
детям шайбы

Вратари защищают ворота от попадания в них шайбы, защитники стараются не пустить соперников к своим воротам, задача нападающих игроков – забить мяч в ворота соперников.

(Вопрос к детям: в роли какого игрока вы бы хотели играть? Вратарь, защитник или нападающий?)

УПРАЖНЕНИЕ С ШАЙБОЙ

И.П.: узкая стойка, клюшка в двух руках справа от клюшки, клюшка перед собой

По сигналу быстро стучать клюшкой справа и слева от шайбы



6 – 8 повторений
по 15 с

Не касаться шайбы.

Выполнять
с максимальной
скоростью

Лед готов, команды построены, судья подает сигнал к началу игры.

Начинается оживленная игра.

Игроки передают шайбу друг другу клюшками, перехватывают ее у соперников, стараются забить гол.

Судья следит за соблюдением правил игры.

Вокруг игрового поля собрались зрители.

УПРАЖНЕНИЕ В ПАРАХ

Дети стоят на расстоянии 2 метров лицом друг к другу

Передача шайбы партнеру

Вариант упражнения: передача шайбы в тройках



2 – 4 мин

Не бить
с большой силой
по шайбе,
чтобы она далеко
не улетала

Нападающий игрок Рома в самом разгаре игры перехватил шайбу у соперника и со всех ног мчался к воротам, чтобы забить гол.

Внезапно он увидел, что клюшка у вратаря сломалась, и он не сможет ей отбить шайбу.

Дети стоят в колоннах по одному по количеству хоккейных ворот.

Ведение шайбы клюшкой до фишки

Рядом с фишкой остановка и удар по воротам



2 – 4 раза

Постараться
забить шайбу
в ворота

Рома решил, что играть нужно честно, поэтому выбил шайбу за пределы игровой площадки, чтобы вратарю команда соперников успела передать клюшку.

Шайбу он забил дважды, чувствуя большую радость от того, что он это сделал с честной борьбой за победу.

1. В какую игру играли ребята?
2. Какие роли выполняют игроки на площадке?
3. Что случилось с клюшкой вратаря?
4. Что сделал Рома, когда увидел сломанную клюшку?
5. Как вы думаете, правильно ли поступил Рома? Почему?

*Я мечтаю стать спортсменом,
Настоящим, не поддельным!
Чтобы мне спортсменом стать
Нужно дух тренировать,
Спортом нужно заниматься
И любить соревноваться,
Соперников и судей уважать,
Правила все жестко выполнять,
Всегда стремиться побеждать!
И никогда не унывать!
Ну а теперь давай играть!*

СТИХОТВОРЕНИЕ
перед игрой

ПОДВИЖНАЯ ИГРА
в соответствии
с задачами занятия:

Игра в хоккей

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ



- Упражнения на восстановление дыхания
- Построение, подведение итогов занятия

