

Конспект непосредственно образовательной деятельности
«Незнайка выбирает себе спортивную профессию»
(подготовительная группа 6 — 7 лет)
Инструктор по фк Донец С.М

Цель. Формирование начальных представлений о видах спорта: волейбол, футбол, баскетбол.

Задачи:

Продолжать учить отбивать мяч, не хлопая ладонью по мячу, работать рукой энергично, с силой.

Продолжать учить выполнять бросок мяча двумя руками от груди в баскетбольное кольцо, с расстояния 2 — 3 м.

Совершенствовать умение подбрасывать мяч двумя руками вверх, перебрасывать друг другу разными способами, ловить не роняя, не прижимая к груди, следить глазами за направлением.

Закрепить умение передавать мяч друг другу ногой.

Формировать представление о командных спортивных играх, их отличиях, умение выполнять элементы спортивных игр.

Формировать положительную самооценку, аналитическое отношение к себе и своей деятельности, умение проявлять волевые и физические усилия.

Предварительная работа:

Рассматривание иллюстраций с изображением спортивных игр: футбол, волейбол, баскетбол.

Беседа на тему «Командные игры: футбол, баскетбол, волейбол», «Чем отличаются эти игры?».

Инструктор. Посмотрите, на наш адрес пришло письмо. Давайте узнаем, кто нам пишет.

Здравствуйте, ребята. Я Незнайка из Цветочного города. У меня проблема. Все жители нашего города имеют профессию, Пилулькин — врач, Тюбик-художник, Гусля-музыкант. Винтик и Шпунтик — механики-изобретатели. Я пробовал стать певцом — сказали: нет слуха; поэтом — нет таланта. Есть у меня увлечение, люблю играть в мяч. Подскажите, какую профессию можно выбрать, играя в мяч? Очень жду вашей помощи.

Ваш Незнайка.

Инструктор.

Какие спортивные игры вы знаете, где используется мяч?

Назовите игры, где играют командами (футбол, волейбол, баскетбол).

Как называют игроков команды? (спортсмены)

Чтобы выбрать спортивную профессию для Незнайки, предлагаю вам стать спортсменами.

Скажите, ребята, а кто тренирует команду? Кто помогает спортсменам стать сильными, ловкими, умелыми? (Тренер)

Можно я буду вашим тренером? А вы моими спортсменами..

Инструктор. Пора начать тренировку. И начинаем тренировку с разминки с фитболами.

Ходьба обычная мяч в руках перед собой, ходьба на носках – мяч над головой, ходьба высоко поднимая бедро, коленом касаясь мяча;

бег обычный, боковой галоп правым левым боком вперед.

ОРУ с фитболами

1. И.п сидя на фитболе руки вдоль туловища. 1- поднять руки рук к плечам, 2- вверх, 3- к плечам, 4-и.п.
2. Исходное положение - сидя на фитболе, руки с двух сторон на фитболе сбоку. 1-2 - правую ногу согнуть и поставить стопой на фитбол; 3-4 - вернуться в исходное положение. То же другой ногой (повторить 3-5 раз)
3. Исходное положение - сидя на фитболе, руки на поясе. 1-2 - наклон вперед, рукой коснуться правой ноги; 3-4 - вернуться в исходное положение. То же в другую сторону (повторить 3-4 раза) .
4. И.п. – стойка на коленях перед мячом; руки на мяче 1-2-3 прокатиться на мяч, руки поставить перед мячом прогнуть спину; 4 – вернуться в и.п. – (6-8 раз).
5. и.п: лежа на спине на полу, прямые ноги на фитболе. Выполнять поочередно махи прямой ногой вверх;
6. И.П: лёжа на спине, на полу, руки держать вдоль туловища, мяч находится под чуть приподнятыми коленями.
1-2-приподнять туловище, опираясь на мяч ногами, а руками и плечами на пол.
3-И.П. (6 раз)
7. Исходное положение - лежа на фитболе на животе, руки на полу. 1 - поднять вверх правую ногу; 2 - вернуться в исходное положение; 3-4 - то же левой ногой (повторить 3-4 раза в каждую сторону) .
8. Исходное положение - сидя на фитболе, держаться за него руками сбоку. 1-4 - переступая ногами вперед, перейти в положение лежа на фитбол; 5-8 - вернуться в исходное положение (повторить враз)
9. Подскоки с ноги на ногу вокруг фитбола и ходьба на месте. Смена направлений.
10. Упражнение на дыхание «Надуем мяч»

Инструктор. Команды, вставайте за своими капитанами. Подойдите к конусам и обратите внимание на схемы.

Капитаны, скажите, что изображено на схеме? Кем вы будете сейчас? Что вам надо сделать?

Как только услышите свисток, тренировка закончена. Команда встает за капитаном, и вы меняетесь местами, переходим по часовой стрелке.

ОВД

Волейболисты:

1. Бросок мяча вверх двумя руками, ловить 8 раз подряд.
2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди.

Баскетболисты:

1. Отбивание мяча одной рукой стоя на месте.
2. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди.

Футболисты.

1. Передача мяча друг другу ногой
2. Ведение мяча одной ногой, забивание его в ворота.

Подвижная игра «Эстафета на мячах»

Инструктор. Элементы, каких спортивных игр мы сегодня с вами отработывали? Какой предмет общий в этих играх? (мяч).

Выберите капитана, подойдите капитаны ко мне и возьмете конверт с изображением вашей игры. Составьте рассказ об игре по схеме для Незнайки, чтобы он смог выбрать себе спортивную профессию. У вас одна минута на подготовку.

Инструктор. Молодцы, вы собрали достаточно информации для Незнайки, даже сами были спортсменами.

А сейчас выберите и прикрепите к мольберту рядом с Незнайкой, картинку с изображением той спортивной профессии, которую бы вы ему рекомендовали.

Выберите себе мяч, какая спортивная игра больше понравилась и раскрасьте его. Эти мячи и ваши рассказы мы отправим в ответном письме Незнайке, чтобы он мог выбрать себе спортивную профессию.

Здравствуйте, ребята. Я Незнайка из Цветочного города. У меня проблема. Все жители нашего города имеют профессию, Пилюлькин — врач, Тюбик-художник, Гуся-музыкант. Винтик и Шпунтик—механики-изобретатели. Я пробовал стать певцом — сказали: нет слуха; поэтом — нет таланта. Есть у меня увлечение, люблю играть, в мяч. Подскажите, какую профессию можно выбрать, играя в мяч? Очень жду вашей помощи.

Ваш Незнайка.