

Конспект НОД «Занимательный футбол»

Элементы спортивных игр в подготовительной группе

Подготовила:

инструктор по ФИЗО Лавренчук Н.А.

Задачи:

1. Воспитывать у детей любовь к спорту, чувство команды.
2. Развивать ловкость, координацию, силу и выносливость.
3. Обучать ведению и передаче мяча.
4. Закреплять и пополнять знания детей о спортивной игре футбол.

Оборудование: мячи по количеству детей; 2 – ворот; 12 ориентиров; эмблема чемпионата мира по футболу 2018 и на каждого ребенка трафарет с эмблемой.

Ход занятия:

Ребята входят в зал и слышат музыку футбольного матча. Инструктор по физической культуре: Ребята, как вы думаете, куда мы сегодня попали? (ответы детей) Да, это стадион, но сегодня тут проходит тренировка спортсменов-футболистов! А кто знает, сколько футболистов участвует в игре? (11 игроков) А какие самые главные соревнования у футболистов? (Чемпионат мира) А в какой стране проходил чемпионат мира в этом году? (Россия) А эмблему чемпионата мира 2018 г. по футболу кто видел и знает? (педагог показывает картинку) Но чтобы попасть на чемпионат мира, футболисты очень много тренируются, и мы сегодня с вами попробуем пройти тренировку игроков!

Вводная часть:

Инструктор по физической культуре: Ребята в одну шеренгу становись! Все готовы? Тогда, в одну колонну становись, в обход по залу шагом марш! (Детские песни о спорте – попури) Ходьба обычная (х.о), ходьба на носках руки к плечам, х.о., ходьба на пятках, руки в стороны, х.о., ходьба на внешней стороне стопы руки на поясе, х.о., ходьба в приседе руки на коленях, х.о., ходьба с высоко согнутой коленкой прижать ее руками к животу, х.о., бег, бег с высоко поднимая колени вперед руки перед собой полочкой, легкий бег, бег с за хлестом ног назад, легкий бег, галоп лицом в круг, руки перед собой, галоп спиной в круг руки на поясе, ходьба с восстановлением дыхания. Перестроения по диагонали, ходьба со сменой направления лицом, потом спиной. Проходя мимо корзины, каждый ребенок

берет себе мяч. Перестроения в две колонны для выполнения обще развивающих упражнений.

ОРУ:

Инструктор по физической культуре: Мышцы немного размяли, пора и приступить к тренировке с мячом!

1. И.п. стоя, ноги вместе, руки внизу с мячом. 1-положить мяч на плечо, 2-5 перекатываем мяч вокруг шеи и отклоняя голову от мяча. То же самое в другую сторону. Повторение 4 раза.
2. И.п. стоя, ноги на ширине плеч. Руки согнуты, держат мяч на животе. 1-2 прокатывание мяча по правой ноге до носка 3-4 вернуться в и.п. То же к левой ноге. Повторение 4 раза.
3. И.п. стоя, ноги слегка расставлены, правая нога стоит на мяче, руки на поясе. 1-8 катаем ногой мяч, не сдвигаясь с места, то же другой ногой. Повторить 4 раза .
4. И.п. лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки с мячом над головой. 1-присесть, руки с мячом перед собой, 2- вернуться в и.п. Повтор 10 раз.
5. И.п. упор лежа, мяч лежит на полу под грудью, руки чуть шире плеч. Отжимание с касанием грудью мяча. 10 раз и больше. На выносливость.
6. И.п. стоя ноги вместе, мяч лежит перед собой. Прыжки: 1 –ноги в стороны мяч между ногами, 2 – ноги вместе мяч за ногами, 3-ноги в стороны мяч между ногами, 4 – вернуться в и.п. Повторить 6 раз в чередовании с ходьбой.
7. И.п. стоя ноги вместе, мяч в руках внизу. Подбрасывание мяча и хлопки в ладоши, начиная с 2-х хлопков и на увеличение.

ОВД:

Инструктор по физической культуре: Ребята, а как вы думаете футбол это командная игра или каждый сам за себя? Очень важно игрокам действовать в команде и помогать друг другу. Давайте и мы сейчас попробуем действовать в команде! Сейчас необходимо всем ребятам кроме направляющего убрать мячи в корзину и оставить мячи только направляющим.

«Не пропусти мяч» Дети стоят парами друг против друга. По команде одновременно должны перебросить свой мяч и поймать мяч напарника. Важно, чтобы дети договорились о времени броска.

«Передай мяч» Команды стоят в колоннах на вытянутые руки у направляющих мяч. Назад передаем мяч над головой до последнего игрока, а возвращаем мяч вперед друг другу между ног.

«Забивай и убегай» Перед каждой командой ворота и в стороне дорожка из ориентиров. Первый пробует забить мяч в ворота и провести ногой мяч змейкой вокруг ориентиров и передать мяч следующему (в каждую команду можно дать по три мяча).

Инструктор по физической культуре: Сейчас мы с вами провели настоящую тренировку, по пробовали элементы игры Футбол. И сейчас я предлагаю вам поиграть в игру «Защитники».

П/и: «Защитники» Дети встают в круг и берутся за руки в центре мячи по количеству детей. По команде: МАРШ! Ребят отталкивают мячи ногами и не дают мячам вылететь из круга. Когда все мячи вылетают, то игра заканчивается.

Заключительная часть:

Инструктор по физической культуре: Вот и подошла наша тренировка к концу! Давайте встанем в круг и вспомним сложные и интересные моменты нашей тренировки. Будем передавать мяч по кругу и расскажем, что вам больше всего понравилось и что было самым сложным! Ребята делятся своими впечатлениями о прошедшей тренировке. И последним высказывается педагог! Инструктор дает ребятам каждому листок с эмблемой чемпионата по футболу 2018г. и предлагает самостоятельно в группе разукрасить. И затем под музыку дети строятся в колонну и выходят из зала.