Муниципальное автономное дошкольное образовательное

«Детский сад «Алёнка» г. Советский»

Конспект

непосредственно образовательной деятельности

по физической культуре (с элементами футбола)

в старшей группе №5 «Лучик»

Тема: «Мы юные футболисты!»

Подготовила: Почкалова И.В.,

инструктор по физической культуре

г. Советский

декабрь 2015 г.

**Цель:** развитие физических качеств через выполнение упражнений спортивной игры футбол

**Задачи:**

***Обучающие:***

1. Упражнять в технике: передача мяча носком ноги, остановка мяча подошвой.
2. Продолжать упражнять в вбрасывании мяча двумя руками из-за головы
3. Совершенствовать навыки ведения мяча между предметами.

***Развивающие:***

1.Развивать опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую систему.

2.Развивать быстроту, ловкость, силу, координацию движений.

***Воспитательные:***

1.Воспитывать коллективизм, интерес к спортивным играм.

**Виды детской деятельности и формы работы с детьми:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Виды детской деятельности** | **Методы и приёмы** |
| Игровая | Элементы спортивной игры футболПодвижная игра «Успей взять мяч» |
| Двигательная | Спортивные упражнения: передача мяча носком ноги, остановка подошвой; вбрасывание мяча из-за боковой линии; ведение мяча носком ноги и внутренней стороной стопы между предметами. |
| Коммуникативная | Беседа о спортивной игре футбол |
| Познавательно-исследовательская | Просмотр видеоролика о игре в футбол |

**Место проведения:** спортивный зал

**Количество детей:** 12

**Спортивный инвентарь и оборудование:**

* футбольные мячи по количеству детей,
* фишки,
* свисток,
* аудиозапись «Спортивный бег»,
* видеоролик «Финты знаменитых футболистов в исполнении детей»

**Ход**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ части** | **Содержание**  | **Дозировка**  | **Методические указания** |
| **Водная часть** | Построение в одну шеренгу. Приветствие.Ходьба:-на носках-на пятках-на внешней стороне стопы-с высоким подниманием колена-с захлестыванием голени назад-прыжками на двух ногахБег:-подскоками-галоп правым и левым боком-с изменением направления движения-«змейкой»Ходьба с восстановлением дыхания. | 4 – 6 мин.0,5кр.0,5кр.0,5кр.0,5кр.0,5кр.0,5кр.1круг1круг1круг2р30с | **Инструктор:** «Равняйсь!», «Смирно!». Здравствуйте ребята! Отгадайте загадку.Я спортсмен – колобок,Зашнурованный бокБей ногой, не тронь рукойУгадай, кто я такой!**Дети:** футбольный мяч!**Инструктор:** Правильно! А что такое «футбол»?**Дети:** Футбол - спортивная игра двух команд состоящая в том, что игроки стараются ударами ноги загнать мяч в ворота противника.**Инструктор:** Скажите, что нужно, чтобы играть в футбол?**Дети:** поле, ворота, мяч.**Инструктор:** Но сначала я вам предлагаю посмотреть, как играют в футбол другие дети (просмотр видеоролика «Финты знаменитых футболистов в исполнении детей»)**Инструктор:** Вам понравилось? Если вы будете хорошо тренироваться, то и у вас все получится.Я предлагаю вам сейчас провести футбольную тренировку. Согласны?**Дети:** Да!**Инструктор:** Тогда представим, что мы на футбольном поле и начнём разминку! «Направо», по залу «Шагом марш!»Руки на поясеРуки за спинуРуки на поясеРуки на поясе Руки за спинойРуки на поясеРуки на поясеДыхание носом, лёгкий бег на носкахВдох носом, выдох ртом**Инструктор:** По ходу движения берём футбольные мячи. «В колонну по три – марш!» |
| **Основная часть** | **О.Р.У. с футбольным мячом:**1. И.п.- о.с., мяч в двух руках внизу.

В: 1- мяч вперед; 2-вверх; 3-вперед; 4 – и.п.1. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, мяч в прямых руках впереди.

В: 1-поворот вправо; 2 – и.п.; 3 -поворот влево; 4 – и.п.1. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, мяч в прямых руках над головой.

В: 1- наклон вправо; 2– и.п.; 3 -наклон влево; 4 – и.п.1. И.п.-о.с., мяч у груди.

В: Прыжки ноги врозь – ноги вместе, чередуя с ходьбой на месте1. И.п.- о.с., мяч у груди.

В: 1- присесть, мяч вперед; 2-и.п.1. И.п.-о.с., мяч у груди.

В: Прыжки ноги врозь – ноги вместе, чередуя с ходьбой на месте**Упражнения в футбольной технике:**1. Передача мяча носком ноги, остановка подошвой.2. Вбрасывание мяча из-за боковой линии3. Ведение мяча внутренней стороной стопы между предметами**П/игра:** «Успей взять мяч» | 18 – 20мин.7-8р\*3р\*3р1р10р2р2 мин.2 мин.3 мин.3 мин. | Руки в локтях не сгибать**Инструктор:** разминка закончилась, теперь приступим к упр. в футб. технике.Передача мяча внутр. стороной стопы, носком, остановка подошвойВбрасывание мяча двумя руками из-за головыВедение мяча внутр. стороной стопы между фишек.Мячи лежат в обруче, в центре зала. Пока звучит музыка дети бегают по залу (воспитатель убирает несколько мячей). Перестала играть музыка, нужно быстро взять мяч, кому не хватит мяча, отходит в сторону и выполняет жонглирование мяча коленом. Выигрывает ребенок у которого остается мяч в руках. |
| **Заключительная часть** | **Само-массаж ступни «Волшебные носки футболиста»****Цель:** Дать возможность почувствовать часть своего тела – ступню, показать важность ног в игре в футбол, в игровой форме рассказать и помочь осознать правильное футбольное движение ступней, с целью формирования технически правильного удара по мячу.Сесть на пол. Двумя руками взять в руки ступню. Пощупать и потрогать, называя все части ступни – поглаживая ступню, называть (ступня, пятка, пальчики, подъем ступни). Поводить колючим мячиком, называя части ступни, покатать мячик ступней, покатать мячик по подъему. Поглаживая ступню, «одеваем волшебные носки футболиста», приклеиваем метку – середина подъема – этой меткой будем водить мяч – шлепок (непослушная метка никак не приклеивается). Опять одеваем носок и снова шлепаем. Взрослый проверяет, где метка у каждого. Теперь попробуем дотронуться до мяча меткой. То же самое со ступней другой ноги.Построение в одну шеренгу. | 3-4мин. | Чётко произносить названия частей ступни.**Инструктор:** Наше занятие подошло к концу. Чему сегодня вы научились?*Дети:* ответы детей.**Инструктор:** Что вам больше всего понравилось?*Дети:* ответы детей.**Инструктор:** На память о сегодняшней тренировке я хочу вам подарить вот эти эмблемы кружка «Крепыш», который вы посещаете.«Равняйсь!», «Смирно!» Занятие закончилось. «Налево!». В группу шагом марш! |