Конспект открытого интегрированного занятия

в подготовительной группе

по методу круговой тренировки

***«Разнообразное использование мячей по методу круговой тренировки»***

Структура занятия – сюжетно-игровое.

Подготовила воспитатель по ФИЗО

Лопатина А.Ю.

2014

***Тема: «Стадион спортсменов».***

**Программное содержание:**

- продолжать учить детей элементам баскетбола - попадание мяча в кольцо;

- продолжать учить детей элементам футбола в передаче мяча друг другу ногой;

- продолжать учить детей элементам волейбола - передача мяча друг другу поверху;

- продолжать учить детей элементам большого тенниса - подбивание теннисного мяча ракеткой;

- совершенствовать навыки бега и  различные виды ходьбы;

- закреплять навыки перестроения в звенья, колонну, шеренгу, в три шеренги;

- закреплять знание команд: Равняйсь!, Смирно!, Направо!, Налево!, расчет на первый-третий;

- закреплять в умении ходить по уменьшенной опоре и приседании с набивным мячом;

-  развивать и укреплять мышцы спины, рук, формировать правильную осанку и глазомер;

- способствовать развитию психофизических качеств: силы, ловкости, выносливости,  координации движений;

- закрепить знания о мячах, о спортивных играх, в каких используется мяч.

- самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность;

- поддерживать интерес к физической культуре, приобщать к здоровому образу жизни; умении слушать воспитателя и действовать по команде.

**Оборудование и инвентарь**: 4 баскетбольных мяча, 1 футбольный мяч, 4 теннисных мяча, 4 ракетки, 1 волейбольный мяч, 1 баскетбольное кольцо, массажные мячи в корзине по количеству детей, мячик для пинг-понга, конусы 4, резиновые мячи для каждого ребенка, 4 фитбол-мяча.

**Предварительная работа**: показ презентации по спортивным играм с мячами; познакомить и научить детей в использовании разных мячей в разных спортивных играх, познакомить с различными мячами (фитбол, резиновым, массажным, мячом для пинг-понга, теннисным); приготовить оборудование и инвентарь для занятия, музыкальное сопровождение.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Части занятия | Деятельность воспитателя | Деятельность детей |
| 1 вводная часть  6 мин | Входим в зал! В одну шеренгу становись!  Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами отправимся на спортивный стадион, где тренируются спортсмены, которые очень любят МЯЧ! Но сначала мы вспомним фильм «Какие бывают мячи, и в каких спортивных играх встречается мяч!» Кто скажет мне, что это за мяч – (показ баскетбольного мяча),  Этот мяч – (показ футбольного мяча),  Этот большой мяч – (показ фитбол мяча),  Этот мяч – (показ набивного мяча),  Этот мяч – (показ волейбольного мяча),  А этот мяч (показ массажного мяча). Массажные мячи лежат в корзине по количеству детей.  Эти мячи – (показ двух мячей: теннисного большого и настольного для пинг-понга).  Молодцы, ребята, все эти мячи разной величины, разного веса и сделаны из разного материала.  Молодцы! Ребята, хотите потренироваться с разными мячами как тренируются спортсмены? Тогда мы отправляемся на стадион спортсменов!  Тренировка начинается! Равняйсь! Смирно! Направо! Шагом марш по кругу и по ходу движения берем по одному массажному мячу из корзины.  Внимание, идем на высоких полупальцах, массажный мяч мнем в кистях рук. Идем на пятках, массажный мяч прокручиваем в кистях. Идем с высоким подниманием колена, массажный мяч перехватываем из руки в руку под коленом. Переходим на ходьбу и по ходу движения кладем массажные мячи в корзину. Продолжаем ходьбу по кругу и когда последний ребенок положит мяч – бег по кругу (30с).  Ходьба обычная – восстановление дыхания (вдох-выдох). Продолжаем ходьбу и по ходу движения берем резиновые мячи со скамейки по очереди и перестраиваемся в одну колонну. Внимание, перестроение в одну колонну. Стой, раз, два! Налево! На первый – второй – третий - четвертый рассчитайсь! В четыре шеренги становись! Мы пришли на стадион!  Спортсмены сначала выполняют разные упражнения для мышц рук, ног и тела. Продолжаем тренировку с резиновыми мячами! | Под музыку дети входят в зал и строятся в одну шеренгу перед воспитателем.  Ответы детей:  Баскетбольный, используется в игре баскетбол.  Футбольный мяч, используется в игре в футбол.  Фитбол мяч, используется для занятий в фитнесе и гимнастике.  Набивной мяч, используется для развития мышц рук, ног и тела.  Волейбольный – используется в игре волейбол через сетку.  Массажный, для массажа рук, ног.  Для большого тенниса и настольного. Они оба играются ракеткой большой и маленькой.  Да!!!  Дети выполняют команды воспитателя и по ходу движения берут по одному массажному мячу.  Дети выполняют команды воспитателя.  Дети кладут мячи в корзину и продолжают ходьбу, затем по команде воспитателя переходят на бег.  Дети перестраиваются из круга, берут резиновые мячи и перестраиваются в одну колонну, по команде останавливаются.  Дети рассчитываются и становятся в четыре шеренги. |
| 2 Основная часть  25 мин | Выполняем **ОРУ** (с резиновым мячом).   1. «Прогнулись в спинке» 6 раз   Руки прямые. Поднять мяч вверх, посмотреть на него.   1. «Моем окно» 6 раз Круговые движения выполнять прямыми руками с максимальной амплитудой. 2. «Подними гирю» 6 раз колени не сгибать. 3. «Складка» Голову не опускать. Смотреть вперед. 6-7 раз 4. «Подъемный кран» 6-8 раз Руки в локтях не сгибать, Ноги в коленях не сгибать. 5. «Прыжки» 6 раз, прыгать легко, на носках. 6. «Прыг – скок» - перебрасывание мяча из одной руки в другую. 8 раз   Вот мы выполнили физические упражнения.  Положить мячи в корзину. И вернуться на свои места. Разминка закончена и мы переходим к основной тренировке. *(В это время воспитатели группы расставляют станции и инвентарь с оборудованием).*  Ребята, на стадионе много залов для спортсменов. Оглянитесь.  Зал № 1 «Баскетбольный» - здесь тренируются баскетболисты.  Зал № 2 «Волейбольный» - здесь тренируются волейболисты.  Зал № 3 «Теннисный» - здесь тренируются теннисисты.  Зал № 4 «Футбольная» - тренируются футболисты.  Мы потренируемся во всех залах. Направо!  1 звеньевой – Настя, 2 – Максим, 3 – Лера, 4 – Ваня. Начиная движения по кругу шагом, 1 звено останавливается около 1 – го зала, 2 – 2 , 3 -3, 4-4. Под музыку шагом марш.  Итак, каждая команда находится в своем зале. Ваши задачи:   1. Звено - попадание баскетбольного мяча в кольцо поточным способом. После броска мяч подбирать. 2. Звено - стоя в небольшом кругу тренируемся в передаче волейбольного мяча поверху друг другу. 3. Звено – дриблинг теннисного мяча ракеткой. 4. Звено – стоя в маленьком кругу выполнять передачу мяча друг другу ногами «пасовать».   По моей команде Старт! Начали! 1 мин  Стоп! Молодцы! Положить инвентарь на пол каждого зала. Далее передвигаемся по кругу к другим залам подскоками.  1звено – в зал волейбольный,  2 – в теннисный,  3 – в футбольный,  4 – в баскетбольный. Готовимся к тренировке, берем инвентарь.  Внимание! Приготовились к выполнению заданий. Старт! 1 мин  Стоп! Молодцы! Положить инвентарь на место. Передвигаемся по кругу к следующим залам на правой ноге.  1 звено – в зал теннисный,  2 – в футбольный,  3 – в баскетбольный,  4 – в волейбольный.  Внимание! Приготовились к выполнению заданий на ваших станциях. Старт! 1 мин  Стоп! Молодцы! Положить инвентарь. Передвигаемся по кругу к другим залам, прыгая на левой ноге.  1звено – Футбольный,  2 – Баскетбольный,  3 – в Волейбольный,  4 – в Тенисный.  Внимание! Приготовились к выполнению заданий на ваших станциях. Старт! 1 мин  Стоп! Молодцы! Мы все справились с тяжелыми заданиями с разными мячами. Надо восстановить дыхание. Вдох через нос, поднять руки вверх, выдох через рот, руки опустить (3 раза). *(в это время воспитатель группы убирает станции)*  А теперь мы посоревнуемся в эстафетах. У нас четыре команды встают на линии старта. Звеньевые – это капитаны команд.  **Подвижные игры:**   1. Эстафета «Мячик-попрыгайчик!», капитаны берут фитбол-мячи. Прыгаем на мячах и обратно. Чья команда будет быстрее? На старт! Внимание! Марш! *Воспитатель группы помогает убирать инвентарь.* 2. Эстафета «Хоккей на траве». Клюшкой вести маленький пластмассовый мячик до конуса, обвести конус и обратно, передать клюшку следующему. Вот еще один мячик. 3. Эстафета «Сбей кеглю!». Эта эстафета не на быстроту, здесь считаем общее количество сбитых кеглей командой. Сбивать будем набивным мячом как в боулинге, еще одна игра, где используется тяжелый мяч из пластика.   Молодцы! Вы все быстрые, ловкие и все доказали, что можете хорошо заниматься, что вы любите физкультуру. Победила ДРУЖБА!  Давайте уберем кегли в корзину и спокойно походим по залу. | Дети выполняют ОРУ.  И.П.: стоя, ноги вместе, руки с мячом внизу.  1 - левую ногу назад на носок, руки вверх.  2 - И.П.  3 - правую ногу назад на носок, руки вверх.  4 - И.П.  И.П. ноги на ширине плеч.  1-4 – круговые движения рук в    вертикальной плоскости вправо.  То же в левую сторону.  И.П.: стоя, ноги на ширине плеч, ступни параллельно, руки с мячом у груди.  1 – наклон вперед, положить мяч на пол.  2 – выпрямиться, руки на пояс.  3 – наклониться, взять мяч.  4 – вернуться в И.П.  И.П.: стоя на коленях, руки с мячом вверху.  1-2 – сесть на пятки, с глубоким наклоном вперед, мяч на пол.  3-4 – И.П.  И.П.: сидя, ноги вместе, руки в упор сзади, мяч на полу справа возле ног.  1-2 – перенести прямые ноги через мяч вправо.  3-4 – перенести прямые ноги влево.  И.П.: стоя, мяч на полу  Перепрыгнуть через мяч .Ходьба.  И.п. – свободная стойка. Перебросить мяч из одной руки в другую.п  Дети кладут мячи в корзину. Встают в одну шеренгу.  Дети рассчитываются на первый – четвертый.  Дети выполняют команды.  Дети идут по кругу и останавливаются возле своего зала.  1 звено – берут баскетбольные мячи  2 звено – готовятся выполнять передачу мяча поверху.  3 звено – берут ракетки и мячики.  4 звено – звеньевой берет мяч и все встают в круг.  Дети выполняют упражнения.  Кладут инвентарь  Дети переходят к другим залам подскоками.  Дети выполняют задания.  Дети выполняют упражнения.  Дети переходят к другим станциям, прыгая на одной ноге.  Дети выполняют задания.  Дети переходят к другим станциям, прыгая на левой ноге.  Дети выполняют задания.  Дыхательное упражнение.  Дети встают на линии старта.  Участие детей в эстафетах.  Раскладывают инвентарь по местам. |
| 3 заключительная часть  4 мин | Ходьба с восстановлением дыхания 15 с  **Малоподвижная игра.**  Предлагаю сесть на пол по-турецки. Играем в игру «Назови виды спорта!», перебрасывая мячик.  Наша заведующая, Вера Юрьевна, тоже когда училась в школе и занималась Волейболом и даже завоевывала медали, она вам приготовила тоже медали, так как вы будущие чемпионы и может быть из вас тоже кто-то получит настоящую медаль. *Слово Вере Юрьевне!*  Поздравление Веры Юрьевны, и вручение шоколадных медалей.  Наше занятие закончено. До свидания, ребята. | Ходят.  Играют в игру и называют виды спорта.  Прощаются с воспитателем. Дети выходят из зала. |