Центр эстетического воспитания детей и юношества СОУО г. Москвы

**Открытое учебное занятие**

Объединение: «Серебряный конёк»

Педагог: **Сергеева Татьяна Ефимовна**

Тема: «Обучение техники выполнения прыжка «Риттбергер»».

|  |  |
| --- | --- |
| Дата:22 апреля 2011г.  Время проведения: 17.00  Продолжительность занятия: 2часа  /2х45мин./ | Форма занятия: групповая  Возраст детей: 8-9лет  Год обучения: третий |

**План**

**Цель:**

Обучение технике выполнения прыжка «Риттбергер», воспитание

решительности, настойчивости. Способствовать восприятию нового элемента.

**Задачи:**

* Обучение техники захода на прыжок «Риттбергер».
* Обучение техники отталкивания в прыжке Риттбергер.
* Воспитание исполнительской культуры учебного элемента.
* Развитие координации, скоростно-силовых качеств.
* Повышение умственной и физической работоспособности.

**Ход занятия**

1.**Организация занятия** /5 мин/

Проверка готовности к занятию. Постановка цели занятия.

2.**Теоретическая часть** / 25мин/

* Объяснение техники безопасности при выполнении прыжков в фигурном катании на роликовых коньках.
* Историческая справка – «Возникновение прыжка Риттбергер».
* Объяснение правил техники выполнения прыжка Риттбергер.
* Показ прыжка Риттбергер на кинокамере.

**3.Практическая часть /**45 мин**./**

Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.

Скольжение подсечкой: вперёд и назад по «восьмёрке».

Выполнение поворотов: «Тройка», «Двукратная тройка»,

«Риттбергеровый шаг».

Выполнение прыжка Риттбергер с места, в движении.

Игра «Эстафета».

Произвольное катание под музыку, используя ранее разученные элементы.

**4.Подведение итогов** / 15 мин./

Краткое повторение содержания занятия. Анализ работы

воспитанников на занятии. Оценка работы воспитанников.

Задание на дом.

**Методическое обеспечение:**

* Музыкальный материал /подборка танцевальных мелодий

на аудиодисках/.

* Дидактический материал /видеокассеты, схемы прыжка

карточки/.

* Методическая литература /« Прыжки в фигурном катании» А.Н.Мишин– ф/с 1976г. 104 стр.; «Самоучитель по ф/к» Курбанов Н.Ш. изд. Феникс 2009г. /

**Оборудование:** спортивный зал**,** скамейки гимнастические,

магнитофон, видеокамера.

**Ожидаемые результаты:**

* Знание основных движений прыжка Риттбергер.
* Развитие скоростно-силовых качеств.
* Формирование видеть ошибки в исполнении прыжка.
* Воспитание интереса к регулярным занятиям спортом.
* Воспитание З.О.Ж.

Педагог дополнительного образования \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Сергеева Т.Е./