

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №5 (МАДОУ д/с №5)**

Название номинации: Конспект мероприятия «День России».

Название работы: «Праздничная тренировка футболистов»

**Яновская Татьяна Владимировна
инструктор по физической культуре**

МАДОУ д/с №5

2023 г.

Возраст воспитанников: дошкольный 6-7 лет, подготовительная к школе группа.

Интеграция областей: физическое развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие.

Материалы: мячи, кегли.

Цель: расширять представления детей о государственных праздниках, воспитывать любовь и гордость к своей стране, прививать любовь к спорту.

Задачи:

- формировать желание участвовать в совместных мероприятиях, соревнованиях, конкурсах, стремление к спортивным победам.

Образовательные: формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств.

Оздоровительные: охрана жизни и укрепление здоровья, всестороннее физическое совершенствование функций организма.

Коррекционно-развивающие: развитие интереса, творческих способностей, воображения дошкольников, поисковой активности, стремления к новизне.

Воспитательные: формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями, разностороннее гармоничное развитие ребенка в т.ч. умственное, нравственное, эстетическое.

Предварительная работа:

- Беседа о России, традициях. праздниках.
- Обучение детей двигательным навыкам и умениям на занятиях

1 этап: способствуем формированию у детей внутренней мотивации к деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей/примечание
<p>Ребята а вы знаете какой праздник 12 июня?</p> <p>Да, день России! В каждом детском саду празднуют это событие, и мы сейчас с вами собрались, чтобы отметить по-спортивному день рождения России!</p> <p>А вы знаете, что спортсмены России самые быстрые, ловкие и выносливые? А вы хотите обладать такими же качествами как наши спортсмены? А что для этого нужно делать?</p> <p>Тогда у меня появилась идея, а что если нам с вами провести праздничную тренировку по одному из видов спорта?</p> <p>Какие виды спорта вы знаете?</p> <p>Отлично, а ещё какие?</p> <p>Вы сказали футбол, предлагаю устроить праздничную тренировку и</p>	<p><i>Ответы детей (если дети не знают о празднике, рассказать)</i></p> <p><i>Ответы детей</i></p> <p><i>Ответы детей</i></p> <p><i>Ответы детей (можно задавать наводящие вопросы если дети не могут вспомнить виды спорта)</i></p>

<p>побыть в роли наших спортсменов - футболистов? Что скажете? Отлично, тогда начнем нашу тренировку!</p>	<p><i>Ответы детей</i></p>
---	----------------------------

2 этап: способствуем планированию детьми их деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей/ примечание
<p>Скажите с чего начинается тренировка? А что делают спортсмены после разминки? А как вы думаете, чем заканчивается тренировка футболистов? Выполним несколько разминочных упражнений для стоп. Ребята у вас есть предложения, какие упражнения мы можем использовать? Ходьба с мячом в руках: - на носках, руки выпрямлены вперёд;</p>	<p><i>Ответы детей (если дети не знают ответ, подсказать - с разминки)</i></p> <p><i>Ответы детей (помочь детям с ответом на этот вопрос, рассказать более подробно о совершенствовании определённых видов движений футболистов)</i></p> <p><i>Ответы детей (если возникнут сложности направлять детей к ответу)</i></p>

<p>- на пятках руки за головой;</p> <p>- на внешней стороне стопы,</p> <p>руки выпрямлены вверх.</p> <p>Ходьба перекатом с пятки на носок.</p> <p>По сигналу остановиться и катать мяч ногой вперёд-назад.</p>	
--	--

3 этап: способствуем реализации детского замысла

Содержание	Обратная связь на высказывание детей/ примечание
<p>Ходьба в колонне.</p> <p>Ходьба с мячом в руках:</p> <ul style="list-style-type: none"> - на носках, руки выпрямлены вперёд; - на пятках руки за головой; - на внешней стороне стопы, <p>руки выпрямлены вверх.</p> <p>Ходьба перекатом с пятки на носок.</p> <p>По сигналу остановиться и катать мяч ногой вперёд-назад.</p> <p>Бег с выполнением задания:(по сигналу дети меняют вид бега)</p> <ul style="list-style-type: none"> - в быстром темпе; - прыжками на двух ногах; -с приседанием и продолжением бега; -спиной вперёд; 	<p><i>Дети выполняют разные виды ходьбы по сигналу воспитателя</i></p> <p><i>Мяч в правой руке сбоку. Катать мяч в течение 10 секунд.</i></p> <p><i>Рассказать детям о том, что бег очень важен для футболистов, потому что время матча игроки передвигаются по полю бегом.</i></p>

<p>- с поворотом на 180° и продолжение бега.</p> <p>Дыхательные упражнения.</p> <p>Перестроение в три колонны.</p> <p>ОРУ с мячом:</p> <p>1. И. п.: Стойка ноги сомкнутый, руки с мячом внизу.</p> <p>1 - левую ногу назад на носок, руки вверх;</p> <p>2 - и.п.</p> <p>3 - правую ногу назад на носок, руки вверх;</p> <p>4 - и.п.</p> <p>2. И. п.: Стойка ноги сомкнуты, руки с мячом перед грудью.</p> <p>1-2 - наклон вперед, руки вытянуть;</p> <p>3-4 - и.п.</p> <p>3. И.п.: стойка ноги сомкнуты, руки с мячом внизу.</p> <p>1-2 - руки вверх, наклон туловища вправо;</p> <p>3-4 - правую ногу в сторону на носок, и.п.</p> <p>Тоже влево.</p> <p>4. И.п.: лёжа на спине, руки в стороны, мяч зажат между стопами.</p> <p>1 - перейти в сед, одновременно согнув ноги и подтянув их к туловищу. Руками захватить голени, выполнив группировку;</p>	<p><i>Руки прямые точка подняв мяч вверх, посмотреть на него.</i></p> <p><i>При наклоне ноги в коленях не сгибать.</i></p> <p><i>Упражнение выполнять, не задерживая мяч внизу. Руки прямые.</i></p> <p><i>При переходе в сед мяч удерживать стопами на весу.</i></p>
--	---

<p>2 - и.п.</p> <p>5. И.п.: упор лёжа, мяч между руками.</p> <p>1 - согнуть руки, коснуться грудью мяча;</p> <p>2 - и.п.</p> <p>6. И.п.: стойка ноги слегка расставлены, мяч между стопами.</p> <p>1 - бросок мяча ногами вперёд-вверх;</p> <p>2 - ловля его руками.</p> <p>ОВД:</p> <p>1. Отбивать мяч:</p> <ul style="list-style-type: none"> - от пола, стены двумя руками, стоя на месте, не менее 10 раз подряд; - от пола поочередно правой и левой рукой не менее 10 раз подряд, стой на месте и с продвижением вперёд. <p>2. Элементы игры в футбол:</p> <ul style="list-style-type: none"> - удар внутренней стороной стопы, стараясь попасть в кеглю; - ведение мяча по прямой в медленном темпе. <p>3. Эстафета "Меняйся местами".</p> <p>Две команды делятся пополам, их половины становятся в колоннах друг против друга на расстоянии 4-6 м. У первых участников колонн, построенных с одной стороны зала, между ногами зажата кегля.</p>	<p><i>Туловище удерживать прямым.</i></p> <p><i>Бросок мяча выполнять прямыми ногами в прыжке вперёд.</i></p> <p><i>Не только ногами футболисты должны уметь обращаться с мячом, но и руками. Ведь броски мяча руками, которые выполняют игроки от края футбольного поля, должны быть достаточно сильными.</i></p> <p><i>Учимся выполнять элементы игры в футбол.</i></p> <p><i>Первые участники, прыгая на двух ногах, продвигаются вперёд к колонне напротив, передают кеглю первым игрокам, а сами встают в</i></p>
---	--

<p>Дыхательная гимнастика "Надувайся, мячик".</p> <p>И.п.: лёжа на спине, левая рука на животе, правая на рёбрах.</p> <p>1-2 - полный выдох, затем медленный вдох животом, при этом живот выпячивается;</p> <p>3-4 - вдохнуть глубже-заполнить грудную клетку, ещё глубже-её верхнюю часть (в конце вдоха поднимаются плечи и ключицы);</p> <p>5-6 - плавный выдох, втягивая живот, сжимая грудную клетку, опускаю ключицы.</p> <p>Ходьба "змейкой" за инструктором.</p>	<p><i>конец этой колонны. Следующий участники выполняют те же действия с кеглей. Побеждает команда, быстрее закончившая эстафету.</i></p> <p><i>Ходьба "змейкой" поможет развить такое физическое качество, как ловкость.</i></p>
--	---

4 этап: способствуем проведению детской рефлексии по итогам деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей/ примечание
- Понравилось ли вам праздничная футбольная тренировка?	<i>Ответы детей</i>

- У вас все получилось. Вы такие молодцы, я вами горжусь!!!

-Вам понравилось такое занятие по физкультуре?

А что понравилось больше всего? А еще будем такие занятия проводить?

Ответы детей.