

МКОУ ДОД «Дом детского творчества»

Конспект

занятия педагога

дополнительного образования объединения «Подвижные игры»

Лакеева Юрия Михайловича

«Весёлые старты»

п. Тёплое

2022 г.

«Весёлые старты»

Под девизом: «В здоровом теле, здоровый дух»

Цели: формировать у школьников представление о детских спортивных соревнованиях, о правилах спортивного поведения, стремление к честной игре, к общению и дружеским отношениям: Воспитывать культуру эмоционального поведения в спортивно игровой деятельности

Задачи: Воспитательная – формирование общественных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности, а также воспитывать потребность и умение сознательно заниматься физическими упражнениями и применять их в целях повышения работоспособности и укрепления здоровья. Оздоровительная – укрепления здоровья, содействие гармоничному и физическому развитию всех систем организма и их функций. Образовательная – выработка умений использовать физические упражнения для здоровья (развитие двигательных качеств).

Вид занятия: спортивно-игровой.

Место проведения: Актный зал «Дома детского творчества»

Инвентарь: баскетбольные мячи, кегли, воздушные шары, волейбольные мячи, обручи.

Часть занятия	Содержание	Дозировка	ОМУ
1	<p>Вводная</p> <p>Построение, разделение на две команды, прослушивание речевок, и названия команд.</p> <p>Представление жюри.</p>	3-5 мин.	<p>(организационно – методические указания)</p> <p>Дать задание на название команды, речевки, выявление капитана команд.</p>
2	<p>Основная</p> <p>«Пингвин». Первый участник, зажав мяч между ног, прыгает на двух ногах от старта до финиша (расстояние 5 метров) и обратно, передаёт мяч следующему, а сам становится в конец строя. И так до конца, пока первый участник не окажется на своём исходном месте. Победит команда, пришедшая к финишу первой.</p> <p>«Змейка». Напротив, каждой команды поставлены кегли на расстоянии 1 метр друг от друга. Участники каждой команды по очереди «змейкой» обегает кегли от старта и обратно. Победит команда, которая придёт на финиш первой.</p> <p>«Перекатка мяча». Все участники катят мяч по очереди от старта до кегли и обратно. Победит команда, прикатившая мяч первой к финишу.</p> <p>Гонка мяча над головой. У первого участника мяч в руках (руки опущены), у всех остальных подняты вверх. По команде</p>	25 мин.	<p>В каждой эстафете и в каждом конкурсе за победу команда получает 3 очка; за второе место-2 очка; за третье место-1 очко.</p> <p>Когда все команды пройдут по четыре станции, участники собираются в актовом зале. Подводят общие итоги соревнований, награждают победителей.</p>

«Марш!» первый передаёт мяч над головой второму, второй – третьему и т.д. Последний, получив мяч, становится первым, и так до тех пор, пока первый снова не станет на своё место. Победит команда, которая быстрее перестроится.

Комбинированная эстафета. От старта бежать до «ворот» (помощники держат обруч), пробежать через них, «змейкой» обежать кегли, добежать до кегли, а от неё до финиша в обратном порядке

Быстрый бросок. Участник выполняет броски с любого места у кольца за 20 секунд. Тоже выполняют остальные участники по очереди. Победит команда, забросившая наибольшее количество мячей в кольцо

Ведение с изменением направления. На расстоянии 4 метра друг от друга стоят 2 кегли напротив каждой команды. Первый участник выполняет бег с ведением мяча до 1-й кегли, обводит её, затем выполняет то же до 2-й кегли, обводит её и ведёт мяч назад, потом передаёт его из рук в руки следующему. Победит команда, пришедшая к финишу первой.

«Мяч под ногами». Участники выполняют стойку ноги шире плеч. Мяч у направляющего в руках. По команде «Марш!» мяч под ногами перекатывают назад, замыкающий берёт его и выполняет бег с ведением мяча до кегли, которая расположена на расстоянии 5 метров позади команд, обводит кеглю, ведёт мяч вперёд своей колонны, становится первым и катит под ноги мячу команде. Победит команда, которая быстрее перестроится.

Каждая команда бросает по очереди, начиная после команды «Марш!»

включается секундомер и останавливается секундомер, после последнего попадания по кольцу последним участником. Победит команда, которая затратит на броски меньше времени.

Реквизит: на одного игрока 1 надутый шар (для каждой из команд шары определенного цвета).

Правила игры: дети двух команд выстраиваются в ряд один за другим. В трех метрах от первого игрока кладутся шарики. Игрок добегают до шару своего цвета и садится на него. Нужно прыгать по нему и скакать с ним, пока он не лопнет. Как только шар лопнул, игрок бежит к своей команде и передает эстафету следующему. Выигрывает та команда, чьи игроки первыми лопнут все шары.

Бег с тремя мячами На линии старта первый берет удобным образом 3 мяча (футбольный, волейбольный и баскетбольный). По сигналу бежит с ними до поворотного флажка и складывает возле него мячи. Назад он возвращается пустой. Следующий участник бежит пустым до лежащих мячей, поднимет их, возвращается с ними назад к команде и, не добегая 1 м, кладет их на пол.

^ Три прыжка. Участники делятся на две команды. На расстоянии 8-10 м. от линии старта положить скакалку и обруч.

После сигнала 1-ый, пробежав до скакалки, берет ее в руки, делает на месте три прыжка, кладет и бежит назад. 2-ой берет обруч и делает через него три прыжка и идет чередование скакалки и обруча. Чья команда быстрее справится, та и победит.

Игольное ушко. Вдоль линии

эстафеты на земле лежат 2 или 3 обруча. Стартуя, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя. Затем со следующими обручами также. И так на обратном пути.

Баба-Яга. Игра эстафетная. В качестве ступы используется простое ведро, в качестве метлы - швабра. Участник встает одной ногой в ведро, другая остается на земле. Одной рукой он держит ведро за ручку, а в другой руке - швабру.

В таком положении необходимо пройти всю дистанцию и передать ступу и метлу следующему.

Меткий стрелок» На расстоянии трех метров, от стартовой прямой, находится картонная коробка. Задача каждого участника сделать три броска воздушным шаром так, чтобы он оказался в коробке.

«Самый быстрый спортивный словарь» На расстоянии 5 метров от стартовой линии стоят два стула, на которых лежат по одному чистому листу бумаги и по одной ручке. Задача каждого участника как можно быстрее преодолеть расстояние до стула, написать на листе любое слово, связанное со спортом и вернуться назад.

3

Заключительная

10-15 мин

Построение команд, подведение итогов

Жюри считает баллы, распределяют места.