

Департамент образования Администрации города Тюмени

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 186 города Тюмени

(МАДОУ д/с № 186 города Тюмени)

**Конспект занятия по физической культуре для детей подготовительной к школе группы**  
**«Я играю в пионербол»**

Инструктор по физической культуре:

И. Ю. Кульпина

Тюмень -2024

**Цель**: развитие умения координировано выполнять различные упражнения с мячом; повышение уровня физической подготовленности детей посредством игры в пионербол.

**Оздоровительные задачи:**

* способствовать укреплению основных групп мышц;
* обеспечить развитие и тренировку всех систем и функций организма ребёнка через специально организованные, оптимальные для данного возраста физические нагрузки.

**Развивающие задачи:**

* формировать умения передачи мяча друг другу через сетку;
* закреплять умения и навыки владения мячом – отбивание рукой разными способами;
* формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: перемещение по площадке, передача мяча, бросок через сетку, подача мяча.

**Воспитательные задачи:**

* формировать у детей интерес и увлечённость к занятиям с мячом, игре «Пионербол».
* воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

**Ход занятия**

(*По команде инструктора дети входят в зал и выстраиваются в одну шеренгу.*)  
**Инструктор**: Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас занятие с использованием игры «Пионербол». Для разминки – в одну колонну становись! Вперёд – шагом марш!

1. Ходьба обычная.
2. Ходьба на носках, руки в стороны, кисти сжимаются-разжимаются.
3. Ходьба обычная.
4. Ходьба на пятках, руки за головой.
5. Ходьба обычная.
6. Продвижение вперёд, с выбросом поочерёдно ног вперёд.
7. Ходьба обычная, восстановление дыхания: руки в стороны – короткий вдох через нос, опустить руки – длинный выдох через рот.
8. Продвижение вперёд с «захлёстом» ног назад.
9. Ходьба обычная, восстановление дыхания: руки в стороны – короткий вдох через нос, опустить руки – длинный выдох через рот.
10. Бег обычный.
11. Ходьба обычная, восстановление дыхания: руки в стороны – короткий вдох через нос, опустить руки – длинный выдох через рот.

**Инструктор**: Внимание! На первый-второй рассчитайтесь! (*Дети выполняют расчёт.*)  
  
**Инструктор**: Внимание! Вторые номера поднимите руку. Опустите. Вперёд, на противоположную сторону – шагом марш! (*Вторые номера переходят на противоположную сторону, по команде инструктора останавливаются*.) Внимание! Налево! Налево! (*Дети стоят напротив друг друга. Проводится разминка для рук и ног*.)  
**Инструктор**: Внимание! Первые и вторые номера направо! За мячами, за направляющими – шагом марш! (*Дети берут мячи из корзин и встают в круг лицом.*)  
**Инструктор**: Задание первое – отбивание мяча двумя руками на месте. (*Дети выполняют задание.*) Задание второе – отбивание мяча правой рукой на месте. (*Дети выполняют задание*.) Задание третье – отбивание мяча левой рукой на месте. (*Дети выполняют задание*.) Задание четвёртое – отбивание мяча правой и левой рукой попеременно, стоя на месте. (*Дети выполняют задание*.)  
  
**Инструктор**: Внимание! А сейчас игровое упражнение «Через мяч!». Внимание! Направо! Первые номера – за направляющим к первой позиции – шагом марш! Вторые номера – за направляющим ко второй позиции – шагом марш! (*Дети выстраиваются в две колонны перед стеной, каждая команда у своей позиции. По команде, по очереди выполняют бросок мяча двумя руками снизу в стену на высоту на уровне глаз. После отскока мяча – перепрыгивают через него*.)  
  
**Инструктор**: Внимание! А сейчас игровое упражнение «Перебрось мяч через сетку!». Все дети идут за направляющими. Первые номера встают с одной стороны сетки, а вторые номера – с другой стороны сетки. (*Дети встают с разных сторон сетки напротив друг друга и получают задания:*

1. *Первые номера перебрасывают мяч двумя руками сверху сетки, стараясь попасть в руки своему напарнику. Задача напарника – поймать мяч. Вторые номера, поймав мяч, передают мяч напарникам броском снизу сетки.*
2. *Вторые номера перебрасывают мяч двумя руками сверху сетки, стараясь попасть в руки своему напарнику. Задача напарника – поймать мяч. Первые номера, поймав мяч, передают мяч напарникам броском снизу сетки.*)

**Инструктор**: Что означает слово «пионербол»? (*Пионер – первый, бол – мяч. Первый с мячом!*) Цель игры и каждой команды? (*Перебросить через сетку на поле противника как можно больше мячей. Защищать своё поле от падения мячей.*)  
  
**Инструктор**: Сколько шагов можно сделать игроку до сетки? (*Три шага.*) Что такое «переход хода»? (*Когда команда попадает мячом на поле противника и зарабатывает очко, то получает право подачи мяча. Дети команды переходят по часовой стрелке на следующую разметку.*)  
  
**Инструктор**: Можно ли отнимать мяч? (*Нет. Только перебрасывать друг другу.*) После выполнения броска или ловле мяча со стороны противника на поле, что нужно сделать? (*Вернуться на разметку, чтобы не мешать друг другу.*)  
  
**Инструктор**: Давайте вспомним основные правила игры:  
1. Участники игры делятся на две команды, численность каждой должна составлять от 3-х до 8-ми человек.  
2. Через середину игрового поля натягивается волейбольная сетка.  
3. По обе стороны сетки располагаются команды. Игроки размещаются в условных зонах, и каждый игрок защищает её.  
4. Основная задача – перебросить мяч на сторону противника и заработать очки.  
5. Мяч считается проигранным командой, а противник получает очко и право подачи, если:

* мяч коснулся пола на стороне команды;
* игрок сделал более трёх шагов с мячом в атаке;
* игрок прикоснулся к сетке;
* игрок прикоснулся к мячу два раза подряд;
* игрок перешёл через среднюю линию;
* мяч перелетел над сеткой, но приземлился за линией, ограничивающей площадку (аут);
* мяч перелетел под сеткой или коснулся предметов, находящихся вне пределов площадки;
* подающий игрок заступил за линию поля во время подачи.

6. Игра идёт до 25 очков (укороченная партия – тай-брейк до 15 очков).  
7. Игра идёт до получения очка. Заработанное очко фиксируется свистком судьи.  
8. В случае если обе команды набрали по 25 очков (15 в тай-брейке), игра продолжается до тех пор, пока одна из команд не выиграет с перевесом в два очка.  
(*Команды выстраиваются перед сеткой полукругом. Инструктор поздравляет с окончанием игры. Объявляется счёт, подводится итог, называются лучшие игроки и лучшие моменты игры. Поздравляют команду выигравшую, но и другой команде объявляется благодарность за усилия, силу духа, желание не сдаваться.*)