

бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования города
Омска «Городской детский (юношеский) центр»

Блок «Быстрее. Выше. Сильнее»

Проект

Олимпийцы среди нас!

спортивно-оздоровительное мероприятие

«Олимпийский девиз в игре пионербол»

Для детей 6-7 лет

Составил: педагог дополнительного
образования: Титова Т.Г.

Омск, 2022 г.

Цель: Повышение уровня физической подготовленности посредством игры в «Пионербол».

Задачи:

1. Способствовать воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, силы.
2. Продолжать знакомить детей с правилами игры «Пионербол».
3. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: перемещение по площадке, передача мяча, бросок через сетку.
4. Формировать у детей интерес и увлечённость к занятиям с мячом, игре «Пионербол».

Ход мероприятия:

Дети под музыкальное сопровождение (на усмотрение педагога) входят в зал.

Построение. Приветствие.

Ведущий: Ребята, мы с вами знакомы с символами Олимпийских игр. Давайте вспомним их. (Ответы детей). А еще существует девиз Олимпиады. Кто может назвать его? (Ответы детей). А как вы считаете почему именно эти слова выбраны для девиза Олимпийских игр? (Дети высказывают свои предположения). Все верно, чтобы побеждать нужно использовать все качества, которые помогут прийти к победе, в том числе и силу, и ловкость, и быстроту, и упорство, и конечно же внимание.

А мы с вами правила какой командной игры изучаем и учимся играть в нее? (ответ детей: пионербол). Как вы считаете в пионерболе важны качества, которые мы слышим в Олимпийском девизе? Где эти качества во время игры применимы? (Ответы детей). К какой более сложной игре подготавливает нас пионербол? (волейбол). Правильно, а волейбол, ребята, является олимпийским видом спорта и входит в летние олимпийские игры. Значит мы с вами уже сейчас можем подготовиться к Олимпиаде!

Для того чтобы начать играть в эту игру спортсмену – будущему Олимпийцу очень важно выполнить разминку. Итак, начинаем!

Проводится круговая разминка с чередованием ходьбы и бега.

Ходьба

На носках – руки вверх, сжимаем и разжимаем кисти рук;
На пятках – руки в стороны, сжимаем и разжимаем пальцы рук;
Перекатом с пятки на носок.

Бег

Приставным шагом правым и левым боком в чередовании;
С захлестом голени;

Спиной вперед;
С остановкой по сигналу – один свисток-остановка,
Два свистка – присесть, три свистка – прыжок вверх;

Ходьба

С высоким подниманием бедра;

В полном приседе- по сигналу прыжок вверх.
Проходят друг за другом, берут маленькие мячи.
ОРУ в движении с мячом.

1. Выполняем круговые вращения мяча 5 раз к себе, 5 раз – от себя. (3-4 раза)
2. Мяч в правой руке. Передача мяча с правой руки в левую над головой. (руки прямые вверху затем опускаем вниз). (8 раз).
3. Передача мяча спереди – сзади. Впереди руки прямые. 4 раза в одну сторону – 4 – в обратную.
Поворот в обратную сторону.
4. Наклон вниз, выполняем широкий шаг и передаем мяч между ног с правой руки в левую. (8 раз).
5. На каждый шаг высоко поднимаем ногу и передаем мяч с правой руки в левую. Спина прямая. (8 раз).

Остановились. Сели на пол.

6. Сидя на полу, опора руками сзади. Мяч зажат ступнями. 1-2 -Поднимание мяча вверх; 3-4 -плавное опускание. Ноги прямые. (6 раз).
7. Лежа на животе, мяч в двух руках. 1-подъем мяча на прямых руках вверх, 2- опускаем вниз. 3-4 –повторяем упражнение. (6 раз).
8. Бросок мяча вверх и ловля двумя руками в движении. (4 раза); Бросок с хлопком (4 раза);
9. Прыжки Игра «Кенгуру»

Мяч зажат между колен – побывать в четырех уголках. Пи встрече обнять друг друга.

По окончании встать на свои места выполняя круговые вращения мяча.

Проходим складываем мячи. 5 человек берут большие мячи, и все дети становятся в круг.

Ребята, а чью команду на любых соревнованиях и так же на Олимпийских играх должны внимательно слушать спортсмены? (Команду судьи). Внимательно слушайте свисток судьи и после свистка выполняйте следующие действия. Обращайте внимание на жесты судьи.

ИГРА «МЯЧ ПО КРУГУ»

Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга. По свистку все начинают передавать мячи друг другу (в одном направлении, стараясь догнать другой мяч, второй свисток- в обратную сторону).

-стоя лицом в круг; по свистку.

-стоя в колонну друг за другом с поворотом туловища направо, затем – налево;

-в колонне – ноги на ширине плеч – передача между ног;

-в колонне- вверху над головой;

Ведущий: Скажите, а передавая мячи так, чтобы один мяч догнал другой, какое качество мы развивали? (Ловкость, быстроту передачи). Какое из перечисленных качеств встречается в олимпийском девизе? (Ответы детей). Все верно – БЫСТРЕЕ.

Остается один мяч. Дети остаются стоять в кругу.

- Следующая игра, в которую мы поиграем называется «Попробуй, отними!»

ИГРА «ПОПРОБУЙ ОТНИМИ!»

Дети остаются стоять в кругу на расстояние вытянутых рук. Выбирают водящего, который выходит в середину круга. Стоящие игроки в кругу начинают перебрасывать между собой мяч. Водящий старается перехватить мяч, находящийся в воздухе или хотя бы дотронуться до мяча рукой. Если водящему удалось это сделать, на его место идет тот игрок, который последним бросил мяч, а водящий становится в круг (раздается свисток, и судья показывает жест - переход игроков). Победителями становятся те игроки, которые ни разу не оказались на месте водящего.

Ведущий: А в этой игре какие качества мы развивали? (Предполагаемые ответы детей: ловкость, быстроту, высоко кидали мяч, чтоб не достал водящий и т.д.). Скажите, какое качество из перечисленных мы встречаем в олимпийском девизе? Конечно ВЫШЕ.

Для следующей игры нам нужно разделиться на команды и выбрать себе пару. Дети, стоящие на одной половине круга, переходят в одну команду. Остальные в другую. Команда, находящаяся ближе к мячам берет мячи. Натягивается волейбольная сетка. Выполнять передачу мяча через сетку начинаем по свистку.

ИГРА «МЯЧ ЧЕРЕЗ СЕТКУ»

Дети становятся парами напротив друг другу и по свистку выполняют передачи через сетку (веревку) разными способами, стараясь не уронить мяч. Побеждает пара, выполнившая наибольшее количество передач мяча без падения его на пол. В финале раздается свисток и показывается жест, означающий окончание игры.

Ведущий: Ребята, в этой игре какие качества мы развивали? (ловкость, силу и т.д.). Какое качество из перечисленных встречается в девизе Олимпиады? Конечно СИЛЬНЕЕ.

Вот мы подготовились, повторили основные движения, можно провести товарищеский матч среди наших команд. ИграТЬ будем до 5 голов.

ПРОВОДИТСЯ ИГРА «ПИОНЕРБОЛ».

По окончании игры команды благодарят друг друга.

Команде соперника за проведенную игру: Физкульт –ура!

Ребята, наша сегодняшняя подготовка к великим победам в спорте, в укреплении нашего здоровья завершена.

Посмотрите, у нас изображен пьедестал. Если вам сегодня все понравилось, все задания давались легко и все получилось установите магнитик на высокую ступень. Если вы справились со всеми заданиями, но не все получалось – установите магнитик на вторую ступень. Если у вас возникли трудности и не получалось – установите магнитик на третью ступень.

(Опрос детей: Почему поставил на ту или иную ступень пьедестала? Что не получилось?

Ведущий: Ребята, скажите, все те качества, которые помогли нам проявить себя в игре пионербол могут пригодятся где-то еще? (Ответы детей: в других видах спорта и т.д.). В чем помогает спорт человеку? (в укреплении здоровья).

Не забывайте, чтобы в чем-то добиться успеха, необходимо тренироваться, заниматься как можно чаще. И никогда не забывать о своем здоровье.

Построение. Выход детей.

Литература и интернет источники:

1. Методика обучения детей старшей и подготовительной групп ДОУ игре в пионербол.-URL:<https://infourok.ru/metodika-obucheniya-detey-starshey-i-podgotovitelnoy-grupp-dou-igre-v-pionerbol-1390676.html> (дата обращения 15.03.2022)
2. Методическая разработка "Пионербол для дошкольников" Опубликовано 20.03.2022 - 14:25 - Бугаева Олеся Владимировна - URL:<https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2022/03/20/metodicheskaya-razrabotka-pionerbol-dlya-doshkolnikov> (дата обращения 12.03.2022)
3. Олимпийский девиз «Быстрее, выше, сильнее!» изменили впервые за 127 лет – добавили еще одно слово- URL:<https://www.sports.ru/tribuna/blogs/streamofconsciousness/2913851.html> (дата обращения 12.03.2022)
4. Сайт Игрушка поиск. Я играю в пионербол. Конспект занятия по физической культуре. - URL:<https://www.i-igrushki.ru/archive/ya-igrayu-v-pionerbol.html> (дата обращения 10.03.2022)
5. Сайт «Первого сентября», Главная страница журнала «Спорт в школе». Содержание №1/2009- URL: <https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900111> (дата обращения 15.03.2022)