

государственное бюджетное образовательное учреждение  
Самарской области средней общеобразовательной школы №5  
имени Героя Советского Союза В.Ф. Кравченко  
городского округа Сызрань Самарской области структурного подразделения,  
реализующее общеобразовательные программы  
дошкольного образования «Детский сад №1»

План-конспект  
организованной образовательной деятельности по физическому развитию  
с детьми старшего дошкольного возраста  
(с использованием технологии  
«Образовательная ситуация с дошкольниками»)

Составила:  
инструктор по физической культуре  
Пальцева Н.Г.

**Образовательная область:** Интеграция образовательных областей: «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Социально – коммуникативное развитие».

Возрастная группа: старший дошкольный возраст

Тема: «Школа мяча»

**Цель:** ознакомление детей с новым видом упражнений: «Бросок мяча в баскетбольную корзину».

**Задачи.**

**Образовательные.**

1. Обобщать и систематизировать знания детей о видах спорта с мячом: баскетбол, футбол, волейбол, водное поло, гандбол, гольф, крикет, регби, крокет
2. Закреплять умение чтения плана-схемы.
3. Совершенствовать навыки выполнения ОРУ;

Умение выполнять упражнения:

- ведение мяча правой и левой рукой «змейкой», огибая предметы,
- ходьбе по ограниченной поверхности с выполнением заданий,
- в различных видах ходьбы,
- в различных видах бега,
- умения выполнять строевые команды, различные виды передвижений - «змейкой» между предметами,
- бросок мяча в баскетбольную корзину.

**Развивающие.**

Развивать:

- основные физические качества: ловкость, силовые, координацию, выносливость, равновесие, глазомер, точное различение расстояния и расположения объектов в пространстве.
- потребность в двигательной активности;
- положительную эмоциональную реакцию на двигательную активность;
- умения слушать и выполнять задания по инструкции, работать в команде.
- познавательные процессы: двигательную память, ориентировку в пространстве, самостоятельность в выполнении движений.

Содействовать формированию у детей

- осознанного отношения к физкультуре как способу укрепления и тренировки организма,
- дружеских взаимоотношений друг с другом,
- настойчивости в достижении положительных результатов,
- умения быть ответственными, организованными, целеустремленными.

**Предварительная работа.**

Отработка навыков выполнения упражнений:

- - общеразвивающих,
- - ведение мяча правой и левой рукой в прямом направлении,
- - бросание мяча о стену и ловля его после отскока,
- - ходьбе по ограниченной поверхности
- - подбрасывание мяча вверх двумя руками и ловля его,
- умений выполнять строевые команды, передвижения «змейкой» между предметами.

Расширение знаний детей по темам:

- «Виды спорта с мячом»,
- «Спортивная игра баскетбол»,
- «Личностные качества спортсменов».

3. Ознакомление детей с играми средней и высокой подвижности.

## **Оформление.**

### **Инвентарь и оборудование, используемое в образовательной ситуации: 2**

гимнастических скамейки, мячи (диаметр 20 см), 2 баскетбольных щита, 12 конусов

### **Технические средства:**

- магнитофон,
- мультимедийный проектор-1 шт.,
- электронное методическое пособие «Спортивные игры с мячом»

**Для подвижной игры:** 2 баскетбольных мяча, мяч (d = 10 см)

### **Ход образовательной ситуации.**

#### **1. Введение в игровую ситуацию.**

**Цель:** создание интересной мотивации к участию в тренировке по подготовке к городским соревнованиям по баскетболу.

- Ребята, к нам сегодня пришло письмо из спорткомитета города. В нём приглашение принять участие в городских соревнованиях по баскетболу.
- Вы хотите посостязаться с детьми других городов? Вы любите заниматься спортом?
- В какие спортивные секции вы ходите? Что делают спортсмены, чтобы стать лучшими? В каких самых важных соревнованиях стремятся участвовать все спортсмены? Какими физическими качествами должны обладать спортсмены? Инструктор показывает слайды, на которых представлены различные виды спортивных игр с мячом
- Обратите внимание на слайды! Назовите, какие виды спорта вам знакомы?

#### **СЛАЙД 1**

Волейбол, футбол, баскетбол;

#### **СЛАЙД 2**

Водное поло, гандбол, регби;

#### **СЛАЙД 3**

Гольф, крикет, регби, крокет

- Молодцы! Я вижу, что вы знаете много видов спорта с мячом, а с некоторыми вы познакомились только сегодня. В дальнейшем, мы познакомимся с ними поближе!
- Ребята, в нашем городе в следующем году будет проходить товарищеские встречи по баскетболу среди дошкольников и младших школьников. В нём могут принять участие ловкие, сильные, смелые, выносливые ребята, хорошо владеющие мячом.
- Ребята, вы хотите участвовать в соревнованиях?
- Вы, сможете прямо сейчас стать участниками соревнований по баскетболу? Что надо сделать, чтобы стать участником соревнований?
- Я, как тренер Школы мяча, приглашаю вас в свою школу на тренировку. Согласны?
- В шеренгу становись! Равняйся! Смирно!
- Как вы, думаете, с чего начинают тренировку спортсмены?
- Вы правы, нужна разминка. А для чего она нужна
- Напра - во! За направляющим, шагом марш.

#### **2.Актуализация**

**Цель:** актуализация знаний:

- о спортивных играх с мячом; о мышцах тела (группы мышц),
- о правильном положении тела при выполнении различных упражнений;
- о физических качествах, которые необходимо развивать спортсменам (силу, ловкость, выносливость, меткость);
- умений выполнения упражнений;
- обще учебных умений: чтение рисунков, схем, выполнение упражнений по схеме.

## **Вводная часть.**

Сюжет занятия.	Содержание (двигательная часть).	Дозировка.	Дыхание
«Строй спортсменов»	Построение в шеренгу по одному. Расчёт на 1-3-й. Перестроение в три шеренги уступом.		произвольное
«Круг почёта».	Ходьба в колонне по одному на носках,	15 с.	произвольное
	Ходьба спиной вперед в колонне по одному с выпадами.	15с.	Выпад - выдох
	Ходьба перекатом с пятки на носок,	10 с.	произвольное
	Ходьба в полуприседе, руки на коленях	15 с.	произвольное
	Ходьба на пятках, руки за головой.	10 с.	произвольное
	Бег в среднем темпе в колонне по одному (по кругу) в одну, а потом по сигналу в другую сторону.	30 с в одну сторону 30 с в другую сторону	произвольное
«Быстрее»	Бег (чередую враспынную и по кругу) по сигналу воспитателя	1 мин.	произвольное
	Бег с захлестыванием голени назад	15 с	произвольное
«Выше»	Подскоком по сигналу.	20 с.	произвольное
«Сильнее»	Ходьба обычная	10 с.	произвольное
	Ходьба, упражнение на дыхание в движении: с заданиями для рук. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	6 раз 20 с.	произвольное

Построение в шеренгу по одному. Перестроение в колонну по три в центре зала.

-Ребята, какие группы мышц мы с вами разогрели?

Какие еще мышцы необходимо подготовить?

Продолжаем нашу разминку.

**Комплекс ОРУ с мячом (d = 20 см)**

№	Исходное положение	Выполнение упражнения	Дозировка.	Дыхание
1.	Основная стойка, мяч внизу в прямых руках.	1 — мяч вверх, левую ногу назад на носок; 2— И.п; 3 — мяч вверх, правую ногу назад на носок; 4 — И.п.	8—10 раз.	вдох выдох вдох выдох
2.	Широкая стойка, мяч сверху	1 – наклон к левой ноге; 2 – прокатить мяч левой рукой к правой ноге; 3–И.п. 4- То же к другой ноге 5-И.п	8 раз по 4 раза в каждую сторону.	выдох  вдох выдох вдох
3	Сед ноги врозь, руки в стороны, левая на мяче	1-2 прокатить мяч под прямыми поочередно поднимаемыми ногами; . 3-поймать мяч правой рукой; 4- И.п. правая рука на мяче И. То же в другую сторону.	6 раз (по 3 раза с каждой рукой).	Произвольное
4	Лёжа на спине,	1-поднять туловище и	5 раз	выдох

	согнув ноги. Руки в стороны – вниз, мяч под левой рукой	прокатить мяч в правую руку; 2- поймать мяч правой и опуститься; 3 – поднять туловище и прокатить мяч в левую руку; 4- поймать мяч левой. И.п.		ВДОХ ВЫДОХ ВДОХ
5	Лёжа. Мяч в прямых руках за головой	1-левую ногу вперёд под углом 45 градусов, руками потянуться вверх и чуть приподнять мяч 2-И. п. 3 – правую ногу вперёд под углом 45 градусов, руками потянуться вверх и чуть приподнять мяч 4- И.п.	3-4раза	Вдох Выдох Вдох выдох
6	Лёжа на животе. Мяч в прямых руках впереди	1-3 одновременно поднять верхнюю часть туловища, прогнуться, прокатить мяч к груди и отвести руки в стороны; 4-И.п.	4-5 раз.	Вдох Выдох
7	Средняя стойка, мяч внизу	1,3- опуститься на колени, мяч вверх; 4 – И.п	5-6 раз	Выдох Вдох
8	Стойка руки на поясе. Боком к мячу	Прыжки через гимнастической палку– смещая ноги вправо и влево.	16 прыжков – ходьба 16 прыжков, ходьба.	
9	Средняя стойка, мяч на полу впереди	1-3 – наклон вниз, взять мяч, выпрямиться. Мяч вверх – назад. 4 – имитация броска вдаль	6 раз.	Медленный вдох Выдох с наклоном вниз

Группа готовят оборудование для полосы препятствий. выстраивается у нужной стороны площадки.

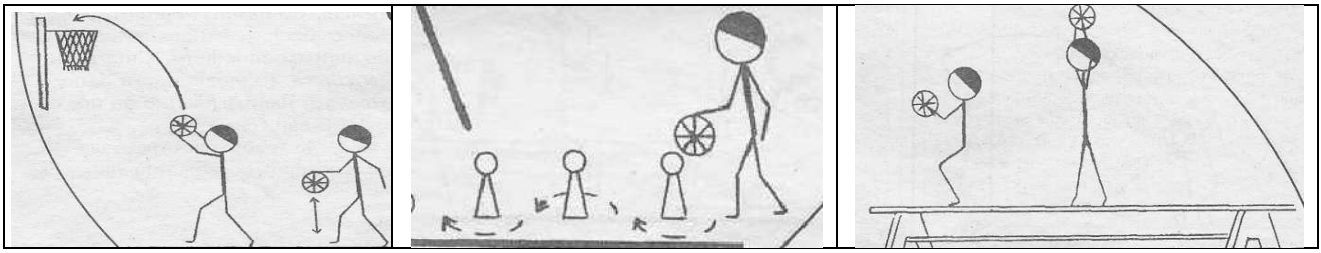
### **Основные движения.**

.Продолжаем тренировку.

### **3.Затруднение в игровой ситуации.**

Цель: организация анализа детьми возникшей ситуации - затруднения (или удивления), подведение их к выявлению места и причины затруднения (или удивления).

Инструктор выставляет карточку со схемами упражнений.



-Дети, посмотрите на задание, все упражнения на этой карточке вам знакомы? (Да.), (Нет.) (и да и нет)

-Объясните по схемам, что вы будете делать? (Ходьба по гимнастической скамье с мячом над головой, ведение мяча между конусами, а первое задание не знаем)

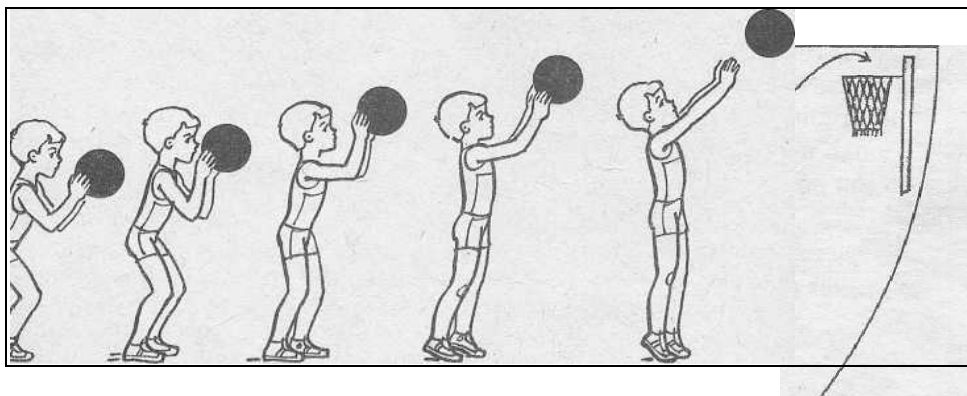
- Вы можете его выполнить? (Да.). (Нет.).
- А, почему вы, ребята, не сможете? (Это упражнение мне не знакомо.) (Я никогда его не делал.)
- С чем вы столкнулись? (С затруднением.), (С трудностью.)
- В чем ваше затруднение? (Мы не знаем, как правильно выполнять это упражнение.)
- То есть знать правило броска мяча в баскетбольную корзину. А зачем нужно правило? (Правило нужно, чтобы правильно выполнить упражнение, попасть мячом точно в корзину)
- Согласна с вами, правила нужны для правильного и безопасного выполнения упражнений.

#### 4. Открытие нового знания.

Цель: организация педагогом

- изучение детьми способа выполнения упражнения по схеме
- наблюдения детьми выполнения упражнения педагогом
- диалога по анализу наблюдений,
- направленные на освоение упражнения «Бросок мяча в баскетбольную корзину»
- создание ситуации успеха.

- Где вы можете узнать технику выполнения этого упражнения? (Спросить у того, кто знает.). (Спросить у папы, он умеет играть в баскетбол!), (Спросить у Вас.), (Спросить у взрослых.), (Посмотреть видео интернете.), (Разобраться вместе с вами.).
- Мне понравилось предложение «разобраться вместе со мной». Я предлагаю рассмотреть схему упражнения.



- Давайте попробуем подробно разобрать это упражнение.
- Что вы видите на схеме? (Мальчик бросает мяч в баскетбольную корзину.)  
Правильно, выполнять упражнение мы будем точно по схеме.

## Показ упражнения

**Первый шаг.** Принять исходное положение – ноги вместе, согнуты в коленях, мяч в двух руках перед грудью.

- Попробуйте сами показать правильное исходное положение (имитация движения руками). Дети принимают исходное положение.

**Второй шаг.** Выпрямиться, разгибая ноги, с одновременным выпрямлением рук с мячом вверх – вперёд.

Бросать мяч будите с того места, где вам удобнее будет произвести бросок. Смотреть нужно на передний край кольца. Бросая мяч. Не опускать голову. Сопровождать его руками.

-Попробуйте сами показать, как вы будите выполнять бросок, соблюдая правильное исходное положение.

Дети имитируют бросок мяча

- Итак, мы с вами узнали, как выполнять бросок мяча в баскетбольную корзину, составив правило броска.

- Теперь, предлагаю вам понаблюдать, как выполняется бросок мяча. Педагог показывает и комментирует выполнение прыжка.
- **Исходное положение:** стоя, ноги согнуты в коленях, мяч в двух руках перед грудью. Выпрямляясь с одновременным выпрямлением рук и, описать дугу вниз на себя бросить его с одновременным разгибанием ног.
- Обращаю внимание на технику безопасности. Выполняющий следом должен соблюдать дистанцию, чтобы не получить травму.
- Теперь я могу быть уверена, что вы сможете сами правильно выполнить это упражнение? (Да) Давайте попробуем. (2 ребенка пробуют)

Дети выполняют бросок мяча в баскетбольную корзину.

- Вы постарались! Некоторые ребята сразу попали мячом в корзину

## Включение в систему знаний.

Цель: закрепление умения

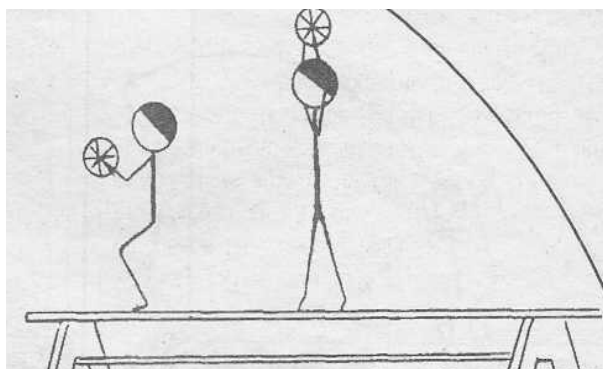
- выполнять упражнение «Бросок мяча в баскетбольную корзину»;
- чтения схем;
- создание ситуация успеха в совместной деятельности;
- совершенствование знакомых двигательных навыков.

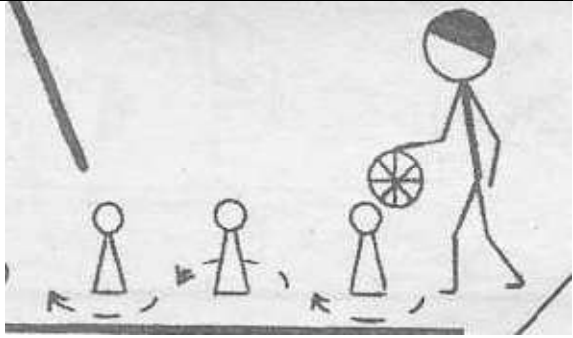
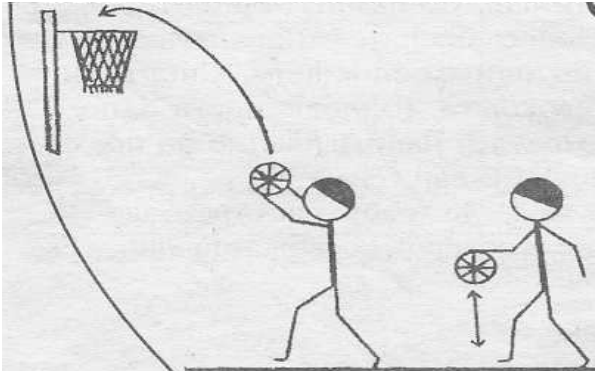
-Теперь все упражнения вам знакомы! Вы справитесь с заданием? (Да.), (Справимся.)

- Начинаем тренировку в нашей школе мяча по заданной схеме.

Дети выделяются на 2 подгруппы.

1.Ходьба по гимнастической скамье на носках с мячом в поднятых над головой руках. В конце скамьи присесть, опустить мяч и мягко спрыгнуть на носки, на мягкое покрытие.



<p>2. Ведение мяча змейкой между предметами.</p>	
<p>2. Бросание мяча в баскетбольную корзину</p> <p><i>Исходное положение:</i> стоя, ноги вместе, согнуты в коленях, мяч в двух руках перед грудью. Выпрямляясь с одновременным выпрямлением рук и, описать дугу вниз на себя бросить его с одновременным разгибанием ног.</p>	

По сигналу инструктора (свистку) дети заканчивают выполнять упражнения, помогают убрать оборудование.

- Молодцы ребята! Вы хорошо потренировались в выполнении упражнений. Научились выполнять новое сложное упражнение.

Но это только первые шаги в подготовке к участию в городских соревнованиях по баскетболу. Завершить наше занятие я предлагаю игрой.

### 1.Игра большой подвижности «Выбивалы».

**Цель:** развитие ловкости, быстроты, глазомера. Точности броска.

Игроки располагаются по центру зала. Водящие стоят по обеим сторонам зала. Водящие бросают мяч в играющих, стараясь попасть. Игра повторяется до тех пор. Пока водящие не поадут во всех играющих

### 2.Игра средней подвижности «Поймал - назови»

**Цель:** закрепить знания детей о видах спорта с мячом, развитие двигательного творчества.

Дети и взрослые выполняют ходьбу или бег врассыпную под музыку. Инструктор называет вид спорта и бросает мяч одному из играющих, а играющие с окончанием музыки должны изобразить фигуру, характерную для данного вида спорта. (3—5 раз).

По сигналу « В колонну по одному шагом марш», дети собираются в колонну по одному и идут по залу

### 6.Итог.

Цель: организация рефлексии и самооценки детьми своей деятельности по подготовке к отборочному туру соревнований по баскетболу.

- Вот мы с вами снова в детском саду.
- Ребята, где мы с вами были? (*Мы сегодня занимались в « Школе мяча».....*)
- Зачем мы ходили в Школу мяча»? (*Чтобы узнать, как надо готовиться к соревнованиям по баскетболу.*), (*Какие качества нужно развить, чтобы участвовать в соревнованиях.*).
- С каким новым упражнением вы сегодня познакомились? (*Бросок мяча в баскетбольную корзину.*)



- Вы можете рассказать, как выполнять это упражнение? *(Да)*
- Какие качества развивает это упражнение? *(Меткость.), (Точность.)*
- Где вам может пригодиться это упражнение? *(В соревнованиях.), (На тренировке.)*
- Почему у вас сегодня многое получилось? *(Потому что мы хотим попасть в отборочный тур детских соревнований по баскетболу в нашем городе.), (Потому что мы серьезно занимаемся физкультурой.), (Мы сильные и дружные.), (Мы ловкие и умелые.)*
- Над чем вам надо еще поработать? *(Мне в ведении мяча между конусами.), (Мне над броском мяча.)*
- Вы действительно сегодня показали свою силу и ловкость, хорошую физическую подготовку. Теперь вы знаете, как много надо уметь, чтобы стать сильными, стать спортсменами и не только участвовать в соревнованиях, но и побеждать. Если вы будете и дальше заниматься спортом, много тренироваться, кто-то из вас действительно пройдет отборочный тур и будет соревнований.

Используемые ресурсы:

<http://www.sch2000.ru> «Школа спорта и здоровья» Автор: Котова Евгения Александровна

А.Занозина, С.Гришанина. Ленка – пресс, 2008 «Перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6-7 лет»

Э.Й. Адашкявичене «Баскетбол для дошкольников»