**Конспект организованной учебной деятельности по физкультуре**

**Старшая группа**

*Воспитатель: Регер В.В.*

**Тақырып/Тема:** Элементы волейбола

**Мақсаты / Цель:** упражнять в умении передавать мяч двумя руками сверху. Развивать согласованность движений ног, туловища и рук, мышечную силу.

**Бағдарламалық міндеттер/Программные задачи**: 1. Формировать правильную осанку, равновесие и координацию движений.

2. Развивать гибкость, мышечный тонус и пластичность.

3. Развитие саморегуляции: «Я здоровье берегу – сам себе я помогу»

4. Формировать навыки передачи мяча разными способами

5. Воспитать уважение к товарищам по команде.

**Вводная часть.**

Вход в зал в колонне по одному, построение в шеренгу.

*Рада приветствовать вас на нашем сегодняшнем занятии! А вы рады сегодняшней встрече? Давайте поздороваемся как настоящие спорстсмены!*

*Спорт ребятам очень нужен!*

*Мы со спортом крепко дружим!*

*Спорт – помощник, спорт – здоровье! Спорт – игра!*

*Физкульт – привет, физкульт – ура!*

Здороваемся хором с детьми.

*Сегодня наше занятие будет посвещено одной спортивной игре. А что это за игра, подскажет моя загадка.*

Здесь команда побеждает,

Если мячик не роняет.

Он летит с подачи метко

Не в ворота - через сетку.

И площадка, а не поле

У спортсменов в...

Открываю мольберт с изображениями волейбольного мяча, сетки, формы волейболистов и сетки для пляжного волейбола. Если дети затрудняются с ответом, даю им подсказки.

*Конечно, это волейбол. А вы знаете, почему он такк называется? Потому что первая часть слова «волейбол» – volley переводится как «удар с лёту», а вторая часть ball — «мяч». То есть, по мячу нужно бить, сильно замахиваясь рукой. А как делать это правильно, мы с вами узнаем в течение занятия.*

*Итак, старшая группа, напра-во! За направляющим в обход по залу шагом марш!*

Обход зала, ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе (колени не сгибать); бег в колонне по одному;

Бег: по сигналу со сменой направления; врассыпную, затем вернуться обратно в колонну. По сигналу воспитателя замедлить темп бега, постепенно перейти на ходьбу в колонне по одному.

Построение в три колонны.

**Основная часть.**

Общеразвивающие упражнения.

**I**. И. п.: ноги на ширине ступни, параллельно, руки на поясе,

1— руки в стороны;

2— руки вверх, подняться на носки:

3— руки в стороны;

4— вернуться в исходное положение

**II**. И. п.: ноги на ширине плеч, руки за головой. 1— поворот туловища вправо, руки в стороны; 2— вернуться в исходное положение. То же влево

**III**. И. п.: ноги на ширине плеч, руки внизу.

1— руки в стороны;

2— наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук носков ног;

3— выпрямиться, руки в стороны;

4— вернуться в исходное положение

**IV**. И. п.: основная стойка, руки на поясе.

1—2— присесть, руки вынести вперед;

3—4— вернуться в исходное положение

**V**. И.п. ОС, руки на пояс.

**1 – 3 –** прыжки на двух ногах

**4 –** подтягивание колен к груди

**Основные виды движений.**

На обратной стороне мольберта изображены основные приёмы подачи и ловли мяча. Руководствуясь изображениями, показываю детям приёмы. Затем приступаем к закреплению через игровые упражнения.

Игра у стены

Дети встают у линии на расстоянии 2 м от стены. По сигналу ведущего начинают бросать волейбольный мяч о стену, ловят его иделают один шаг назад. Постепенно отступая от линии, бросают и ловят мяч. Выигрывает тот, кто ни разу не уронит мяч, и будет находиться дальше всех от линии.

Приём мяча двумя руками снизу.

Цель: способствовать формированию умения принимать мяч двумя руками снизу.

«Игра, играй, мяч не теряй!»

Играют пары, у которых один надувной мяч на двоих. По сигналу ведущего дети подбивают мяч снизу вверх несколько раз подряд. Причём, делают это так: один ребёнок подбрасывает мяч и отходит в сторону, другой принимает его снизу и выполняет удар, затем снова выполняет удар первый и т. д. до тех пор, пока мяч не упадёт. Побеждает пара, дольше всех не потерявшая мяч.

Тема: Подача мяча сверху

Цель: упражнять в умении подавать мяч способом «сверху». Развивать наблюдательность в подаче, обращая внимание на направление замаха, небольшую высоту подбрасывания мяча и точку удара по мячу.

Точно в цель

Посередине площадки кладут большой набивной мяч весом 1кг. Дети с волейбольными мячами стоят в 3-5 м от него за чертой. Каждый по очереди метает свой мяч в цель (набивной мяч). Выигрывает тот, кто не промахнулся и у кого набивной мяч откатился дальше.

Необычный волейбол

Играют так же как в волейбол, но с надувным мячом или детским воздушным шариком. В каждой команде от трёх до пяти человек. Задача игроков, ударяя пальцами или ладонями по шару, не давать ему опустится вниз на землю, заставить его перелететь за сетку (или проведён-ную на земле линию) на сторону противника. Команда за это получает очко. Кто первым наберёт 5 – 10 очков, тот победитель.

**III. Заключительная часть**

Игра малой подвижности «У кого мяч?». Играющие образуют круг. Выбирается водящий. Он становится в центр руга, а остальные плотно придвигаются друг к другу, руки у всех за спиной.

Даю кому-либо мяч (диаметр 6—8 см), и дети за спиной передают его по кругу. Водящий старается угадать, у кого мяч. Он говорит: «Руки!»— и тот, к кому обращаются, должен выставить вперед обе руки ладонями вверх, как бы показывая, что мяча у него нет. Если водящий угадал, он берет мяч и становится в круг, а тот, у кого найден мяч, начинает водить.

*Сегодня мы с вами проделали отличную работу! Научились использовать в играх элементы волейбола. А скажите, какие игры с мячом вы знаете кроме волейбола?*

Дети называют игры. Затем поочердёно кидаю детям мяч, называя спортивную игру. Если в названной игре используется мяч, то дети должны поймать мяч или отбить с верхней подачи, если нет, то отбить его в нижней подаче.

*Всем спасибо за занятие! Сау болыңыздар, балалар!*

Дети прощаютсяна двух языках и характерными хлопками: сначала быстро делается два хлопка, затем также быстро три хлопка.