

Спортивные игры и упражнения в детском саду. Хоккей.



Хоккей- командная спортивная игра. Она проводится на ледяной площадке. Игроки, передвигаясь по льду на коньках, стремятся клюшками забить шайбу в ворота противника и защитить свои ворота. В каждой команде на площадке может быть одновременно не больше 6 человек (вратарь, два защитника и три нападающих).



Занятие хоккеем развивают:

- ✓ Точность;
- ✓ Координацию;
- ✓ Ловкость движений.

Интенсивные движения на свежем воздухе способствуют укреплению здоровья и закаливанию организма.



Инвентарь:

- ✓ **Клюшка**- должна соответствовать росту ребенка (поставленная концом крюка на пол, должна доставать до подбородка малыша, если он стоит без коньков).
- ✓ **Шайба** (зимой), мяч (летом).
- ✓ **Кегли и конусы**.
- ✓ **Коньки** (не обязательно!)
- ✓ **Ворота** (деревянные). Высота 1 м и ширина 1,5 м.



Оборудование:

Площадка для игры в хоккей должна быть выровнена, на усмотрение воспитателя можно залить ее. Размер катка для дошкольников - 15/10 метров. Хоккейное поле окружают снежным валом высотой 15-20 см.



Перед игрой в хоккей, детей нужно обучить:

- ✓ **Стойки**- положение тела, при котором туловище наклонено вперед, ноги согнуты в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах.
- ✓ **Держание клюшки**- держат двумя руками: одной рукой сверху за конец рукоятки, другой- снизу на 30-40 см от конца рукоятки. Клюшка должна постоянно соприкасаться с поверхностью льда.
- ✓ **Ведение шайбы**- сочетание бега на коньках с одновременным передвижением шайбы клюшкой. Вести шайбу частыми толчками вперед- вправо, вперед- влево.
- ✓ **Броски шайбы** могут выполняться по льду и по воздуху, на месте и в движении.
- ✓ **Остановка шайбы**- шайбу, скользящую на льду останавливают клюшкой.

Несколько упражнений на освоение техники владение клюшкой и шайбой.

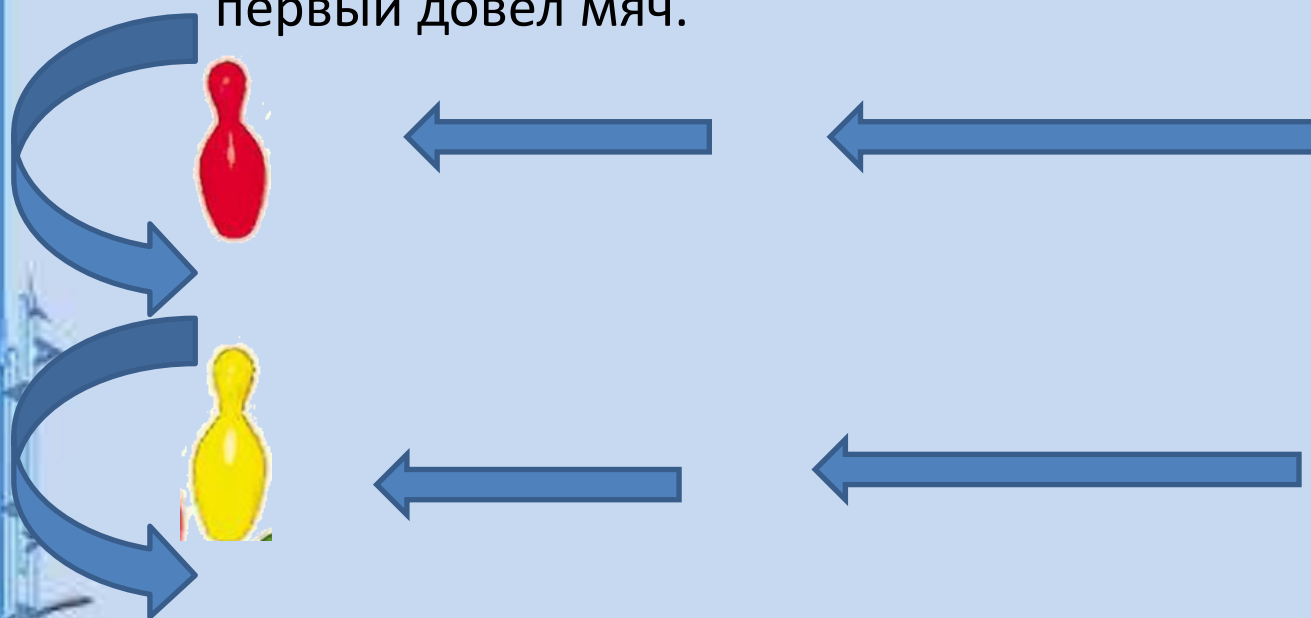
- ✓ Держать клюшку и принимать стойку хоккеиста.
- ✓ Посылать шайбу в разные стороны вблизи от ног: вправо, влево, вперед, назад.
- ✓ Вести шайбу не глядя на нее.
- ✓ Вести шайбу по кругу вправо, влево.
- ✓ Броски шайбы с места в цель (расстояние 2-3 м).



Подвижные игры на освоение спортивной игры хоккей.

Гонка с шайбами.

Правило игры: 2 игрока, вооружившись клюшками, становятся на линии старта. Каждый получает шайбу или мяч. Перед ними на расстоянии 10-15 м кегля. По сигналу воспитателя дети доводят клюшками свои шайбы до кеглей, огибают и возвращают их. Выигрывает тот, кто первый довел мяч.



Игра с мячом.

Правило игры: Участники с клюшкой образуют круг на расстоянии 2-3 шагов друг от друга. В центре круга -водящий. Он кладет перед собой гладкий небольшой мяч и ударом клюшки старается выбить его за пределы круга. Играющие препятствуют этому и отбивают мяч назад.



Спасибо за внимание!

