



**Материал подготовила инструктор
по физической культуре**

**Прокопенко Ирина
Владимировна**

Консультация для родителей на тему:

«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ. ХОККЕЙ»

Хоккей - спортивная игра, требующая соответствующей физической, технической и тактической подготовки игроков, что достигается при помощи специальных и постоянных тренировок. Занятие хоккеем способствует развитию ловкости, быстроты, координации движений, двигательной реакции, ориентации в пространстве. Игры с шайбой (мячом) развивают соответствующие навыки поведения в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, решительности, смелости. Дети учатся управлять своими движениями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях. Подвижная игра в хоккей требует определенного напряжения мыслительной деятельности детей: анализа ситуации, принятия решения, соответствующего обстановке, предвидение возможных действий противника. Игра в хоккей - командная, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, броски, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнеров по игре. Игра в хоккей отличается от подвижных игр большей определенностью. Состав команд ограничивается установленным числом участников, а продолжительность игры - определенным временем. Она имеет установленные правила, которые определяют точность двигательных действий, проводится при участии судьи. Обязательными являются правильная разметка площадки, соответствующее оборудование и инвентарь.

Хоккей для детей дошкольного возраста существенно отличается от игры взрослых. Прежде всего упражнениями и играми с клюшкой и шайбой (мячом) решается задача общей физической подготовки ребенка. Дети получают лишь элементарные представления о хоккее. Поэтому при обучении дошкольников можно внести целесообразные изменения. Игры с клюшкой и шайбой, особенно на начальном этапе обучения, можно проводить на снегу. Детям легче удерживать

равновесие, они быстрее передвигаются и умело действуют клюшкой. Детям нравятся игры с клюшкой и мячом на траве. Такие упражнения и игры можно проводить летом и осенью на траве с малым мячом, а зимой - на снегу. Дети могут играть не на коньках, а надевать легкие кожаные сапожки или валенки. Играть в хоккей можно и без вратаря, так как действия детей еще не точные и они много шайб забить не сумеют. Каждое точное попадание в ворота доставляет ребятам много радости, повышает интерес к игре.

Клюшка должна соответствовать росту ребенка (поставленная концом крюка на пол, она должна доставать до подбородка малыша, если он стоит без коньков). Верхний конец клюшки можно обмотать на ширину ладони изоляционной лентой, чтобы она не выскользывала из рук. На первых занятиях очень важно научить ребят правильной стойке хоккеиста. Если дети катаются на прямых ногах, они при малейшей помехе со стороны противника теряют устойчивость, падают на лед и могут получить травму.

Обучение ведению, броскам и ударам по шайбе начинать нужно с подготовительных упражнений. Вначале дети имитируют действия на месте с небольшой амплитудой, силой и скоростью, потом выполняют упражнения в движении. Подготовительные упражнения с клюшкой дети, могут выполнять без коньков, скользя ботинками по льду. Ребятам это нравится, и они более уверенно чувствуют себя.

Дети должны освоить упражнения для конькобежной подготовки:

- . Бег длинным скользящим шагом по всей площадке.
- . Бег коротким шагом на 5 - 10 м.
- . Бег со старта на 3 - 4м (ускорение).
- . Бег длинным скользящим шагом, затем - коротким скользящим шагом.
- . Бег по кругу.
- . Сочетание бега по прямой и по кругу.
- . Бег по большой "восьмерке" (рисуется по всей площадке).
- . Бег и торможение "плугом" или "полуплугом".
- . Бег и остановка в заранее обусловленном месте.
- . Бег и остановка по звуковому сигналу.

Упражнения для освоения техники владения клюшкой и шайбой также должны быть освоены детьми.

- . Держать клюшку и принимать стойку хоккеиста.
- . Вести шайбу стоя на месте (имитация ведения).
- . Посылать шайбу в разные стороны вблизи от ног: вправо, влево, вперед, назад.
- . Посылать шайбу в разные стороны то увеличивая, то уменьшая амплитуду движения.
- . Вести шайбу не отрывая ее от клюшки по кругу.
- . Вести шайбу не глядя на нее.
- . Вести шайбу с постепенным увеличением скорости передвижения.
- . Вести шайбу по кругу вправо, влево.
- . Вести шайбу между стойками или кеглями (рис. 26).
- . Броски шайбы с места в цель (расстояние 2-3 м). Постепенно увеличиваются расстояние до цели, сила броска и уменьшается мишень.
- . Броски шайбы после ведения. Постепенно увеличиваются скорость движения, расстояние до цели, сила броска и уменьшается цель.
- . Броски шайбы в сочетании с другими действиями.
- . Удар по неподвижной шайбе с удобной для ребенка стороны.
- . Удар по медленно скользящей шайбе справа, слева.
- . Удар по шайбе после ведения. Скорость ведения постепенно увеличивается.

Координационные упражнения с клюшкой:

1. Перемещения клюшки, находящейся в обеих руках, вокруг туловища, вперед и назад, за спину, в каждую сторону, над головой и к коленям.
2. Перешагивание через рукоятку клюшки вперед и назад, вправо и влево.
3. Вращательные движения клюшкой (хватом одной рукой за середину рукоятки) вокруг туловища, вправо и влево, вперед и назад последовательно «сильной», а затем «слабой» рукой; перехваты клюшки из руки в руку; подбрасывания вверх с опусканием на пол; поочередное перемещение на полу (перед собой, вбок, назад и т. д.).

4. Перехватывание кистями по клюшке вверх и вниз перед собой, с боков, сзади.

Специальные упражнения на технику владения клюшкой:

1. Перемещение шайбы (в положении «стоя») вперед и назад, вправо и влево мягким движением рук, сохраняя неподвижность туловища. Ведение шайбы (последовательно) по контуру буквы «П», цифры «8», а также с изменением амплитуды движения и темпа работы рук.
2. Ведение шайбы вперед и назад, не отрывая крюка, толчками перед собой, сбоку, по дугам, с закрыванием туловищем, по «восьмерке», «короткое» («рубка» или дриблинг), с асинхронной работой рук и ног.
3. Ведение в разных направлениях из разных исходных положений («на коленях», «сидя», «лежа» и т. д.).

Подводящие упражнения в игре в хоккей с мячом

- Ведение мяча клюшкой по кругу
- Ведение мяча «змейкой» между стоек
- Прокатывание мяча под воротцами
- Прокатывание мяча под несколькими воротцами одиночным ударом клюшки
- Удар клюшкой по мячу с попаданием в цель
- Передача мяча в парах
- Забивание мяча в ворота с постепенным увеличением расстояния от ворот
- Комбинация перечисленных упражнений в различных сочетаниях

- Сильный удар по мячу в стену

Игровые упражнения при обучении дошкольников в хоккей.

"НЕ ПРОПУСТИ МЯЧ ЗА КРУГ".

Играющие с клюшками становятся по кругу диаметром 5 метров, на расстоянии 4 шага друг от друга. Каждый чертит вокруг себя небольшой кружок, за пределы которого он не выходит. В середине общего круга стоит ведущий с клюшкой и мячом. Он старается прокатить мяч между детьми, все время, меняя направление, и делать это неожиданно. Играющие отбивают мяч клюшками только справа от себя. Если ведущему удастся прокатить мяч, то тот, кто его справа пропустил, встает в круг. Играют 5-6 человек.

"МЯЧ- ПЕЧАТЬ".

Все участники с клюшками кроме водящего, свободно располагаются на площадке. После свистка воспитателя водящий убегает от игроков перемещаясь по площадке в любом направлении. Остальные играющие тоже перемещаются и

перекидываются мячом, которым они должны осалить водящего. Кто осалили, тот становится водящим.

"ЗАЩИТА КРЕПОСТИ"

Все играющие - с клюшками. На площадке чертят 2 круга (один внутри другого): первый диаметром 1 метр, второй- 5-10 метров. В первый круг становится защитник и охраняет крепость, чтобы туда не попал мяч. Все остальные играющие располагаются во втором круге и, передавая мяч, друг другу стараются нанести неожиданный удар и попасть мячом в крепость. Если же мяч попал в крепость, защитник входит в общий круг, а тот, кто сумел забросить мяч, становится на его место.

"ГОНКА С ШАЙБАМИ".

Несколько играющих, вооружившись клюшками, становятся на линии старта. Каждый получает шайбу. Перед всеми игроками на расстоянии 10-15 метров ставится кегля. По сигналу воспитателя дети доводят клюшками свои шайбы до кеглей, огибают их и возвращаются. Выигрывает тот, кто вернется первым.

"ПЕРЕДАЙ ШАЙБУ".

Дети распределяются на пары и становятся с клюшками в руках напротив друг друга на расстоянии 2-3 метра. Несильным плавным движением они перебрасывают шайбу друг другу так, чтобы она скользила по снегу, и попадала точнее на клюшку партнеру.

"ПОПАДИ В ПРЕДМЕТ".

Провести черту и в 2 метрах от нее поставит 4-5 кеглей. Дети встают возле черты напротив кеглей и по команде воспитателя толкают шайбы клюшками, стараясь попасть в предмет.

"ВЗЯТИЕ ГОРОДА".

На противоположных концах катка отмечают на льду города. Дети делятся на 2 команды, у каждого в руках клюшка. Команды защищают свой город, чтобы в него не закатилась шайба, и стараются загнать шайбу в город противника. Игроки не имеют права стоять в городе. Игра длится 5-8 минут.

Подвижные игры

Гонка с булавами. Для игры нужны гимнастические булавы. Если булавы не имеется, можно использовать деревянные городки или просто сделать деревянные столбики высотой 15 - 20 см. Дети делятся на несколько команд по 3-5 человек в каждой. Все команды строятся на стартовой линии в колонны. Против команды -

булава, каждый игрок имеет клюшку. После сигнала все игроки, стоящие первыми в колонне, гонят булаву клюшкой так, чтобы она не упала, до установленного места. Затем возвращаются и передают эстафету следующему игроку по команде. Если во время гонки булава упадет, ее надо поднять, а затем продолжать гонку.

Салочки. У всех играющих - клюшки. Один выбирается водящим. Дети свободно располагаются на площадке. Цель водящего - ударить по шайбе так, чтобы она догнала любого из играющих, коснулась его, и тогда тот становится водящим. Вместо тяжелой резиновой шайбы используется легкая пластмассовая (они продаются в магазинах игрушек).

Футбол на льду. Дети делятся на команды по четыре человека в каждой, которые располагаются в 3 м друг от друга. Все игроки - с клюшками, а у команды - две шайбы. После сигнала воспитателя первый и третий игроки четверки передают обе шайбы по кругу. Штрафное очко получает ребенок, у которого окажутся обе шайбы. При повторении игры шайба передается в противоположную сторону (рис. 27).

Игра с мячом. Участники игры с клюшками в руках образуют круг и становятся на расстоянии двух-трех 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. Тот, кто пропустил мяч с правой стороны от себя, сменяет водящего и становится внутрь круга.

Убывающие кегли. Для проведения игры нужны кегли по числу участников. Дети становятся в шеренгу на расстоянии одного шага друг от друга. Перед каждым ставят кеглю. Затем ребята поворачиваются вокруг и выполняют какое-нибудь упражнение типа зарядки: наклоны, приседания, "пистолетик" и т. д. В это время воспитатель убирает за спиной у детей одну кеглю. По сигналу все дети бегут к кеглям, и каждый старается схватить кеглю и загнать ее за стартовую линию. Кто окажется без кегли, временно выбывает из игры (пропускает игру один раз).

Встречная эстафета. Для проведения игры нужны клюшки и маленькие резиновые мячи по количеству играющих команд. Кубиками отмечаются две черты на расстоянии 8 - 10 м от другой. Дети делятся на несколько (3-4) команд. Каждая из них рассчитывается на первые и вторые номера. Одна половина команды становится около одной черты, другая половина - около другой. По сигналу воспитателя первые номера берут клюшки и гонят мячи ко вторым номерам своей команды, которые стоят во главе колонны, и передают им клюшки, а сами становятся замыкающими этой колонны. Вторые номера гонят мячи в сторону первых номеров и т. д.

Загадки

Во дворе с утра игра,
Разыгралась детвора.
Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -
Там идёт игра - ...

(хоккей)

Он играет на коньках.
Клюшку держит он в руках.
Шайбу этой клюшкой бьёт.
Кто спортсмена назовёт?

(хоккеист)

Металлических два братца,
Как с ботинками срослись,
Захотели покататься,
Топ! — на лёд и понеслись.
Ай, да братья, ай, легки!
Братьев как зовут?

(коньки)

На поле лёд, забор вокруг,
И нарисован в центре круг.
По полю носится народ,
Как будто ищет выход-вход.
Для шайбы здесь — два входа.
И что это?

(ворота)

На ледяной площадке крик,
К воротам рвется ученик.
Кричат все: "Шайба! Клюшка! Бей!"
Веселая игра ...
Ответ: Хоккей

Источники консультационного материала

<https://www.ckofr.com/doshkolnoe-vozpitanie/151-igra>

<http://www.maam.ru/detskijasad/obuchenie-starshih-doshkolnikov-yelementam-igry-v-hokei-avtory-dehant-l-d-karpova-n.html>

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2017/01/11/hockey-dlya-detey>

<http://doshkolniki.org/fizkultura/114-sportivnye-igry-dlya-doshkolnikov-xokkej.html>

Рекомендуемая литература для дополнительного ознакомления

Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду»: Кн. Для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1992. - 159 с. 6 ил.

Викулов А.Д., Бутин И.М. «Развитие физических способностей детей»: Книга для малышей и их родителей. – Ярославль: Гринго, 1996. – 176 с., ил.

Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!» Программа и технология физического воспитания детей 5 -7 лет. – М.: АРКТИ, 2004. 144 с. (Развитие и воспитание).

Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 1986 – 159 с.

Кенеман А.В., Хухлаева, Д.В. "Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста" / А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева. - М.: "Просвещение", 1986

Т.И. Осокина «Игры и развлечения детей на воздухе»