**Методическая разработка внеклассного тренировочного занятия спортивной секции «Спортивные игры» (учащиеся 1 года обучения)**

**Тема конкурсной работы**: «Развитие техники ведения в спортивных играх»

**Автор:** Анфимов Михаил Павлович

**Должность:** учитель физической культуры

**Наименование образовательной организации:** Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Октябрьская средняя общеобразовательная школа №2» (МБОУ «ОСОШ №2»)

Характеристика работы.

Вид: общая схема построения тренировочного занятия спортивной секции.

Направленность: интегрированное сочетание двигательных действий в спортивных играх.

Основные аспекты влияния методики:

1. В основе овладения техникой и тактикой спортивных игр лежит строгое соблюдение общих педагогических принципов (последовательность, постепенность, индивидуализация и др.);
2. Важная роль учета возрастных особенностей учащихся начальной школы (1 класс) – игровой характер упражнений, манипуляции с индивидуальным инвентарем, рациональность длительности упражнений, регулярность переключения с одного вида деятельности на другой (сохранение внимания, интереса, сохранение работоспособности более длительное время – до 1 часа);
3. Использование общей схемы и схожих технико-тактических требований в освоении действий различных спортивных игр (эффект положительного переноса навыка из одного вида спорта на другой). Данный аспект можно использовать как на одном учебном занятии (будет показано в данной работе), так и в недельном цикле подготовки ( например, в понедельник – основное внимание уделяется умениям футбола, в среду – баскетбола, в субботу – флорбола).

|  |  |
| --- | --- |
| Часть занятия | Методические особенности и рекомендации |
| **Вводная** – подготовка организма к освоению основ учебного материала.  Построение, постановка задач на тренировку, организация внимания.  Разминка: бег, различные варианты перемещений, ОРУ (с инвентарем и без него).  - бег с поворотом справа налево;  - бег с поворотом слева направо;  - бег по «восьмерке»;  - перемещения приставными шагами;  - перемещения скрестными шагами;  - перемещения приставными шагами спиной вперед;  - перемещения перебежками спиной вперед;  - различные сочетания перемещений, моделирующих игровые ситуации. | Обеспечить своевременность явки и общность начала занятия. Определить небольшое количество задач на занятие. Обеспечить питьевой режим тренировочных занятий.  Длительность выполнения всех тренировочных упражнений зависит от степени их усвоения, осознания – не стоит стремиться к количеству действий или привязываться к запланированным временным рамкам задания. Учитываем текущее психологическое и физическое состояние спортсменов.  Учащиеся двигаются в индивидуальном секторе спортивного зала с 2 –мя фишками-ориентирами, поставленных на краях (обычно, по ширине зала). Если учащихся много или зал небольших размеров – то по очереди, но в малых группах (2-3 человека).  В перерывах между перемещениями – упражнения на гибкость, координацию, внимание. |
| **Основная часть** – освоение учебного материала, реализация тренирующего воздействия.  Совершенствование техники контроля над мячом, развитие координации.  Баскетбол:  1а) ведение мяча вокруг фишки правой, затем левой рукой – выполнение техники поворота;  2а) ведение мяча правой рукой с поворотом справа налево;  3а) ведение мяча левой рукой с поворотом слева на право;  4а) ведение мяча левой и правой руками по «восьмерке».  Футбол:  1б) ведение мяча вокруг фишки правой, затем левой ногой – выполнение техники поворота внутренней частью стопы;  2б) ведение мяча правой ногой с поворотом справа налево;  3б) ведение мяча левой ногой с поворотом слева на право;  4б) ведение мяча правой и левой ногой по «восьмерке». | Движение учащихся выполняется по тем же маршрутам что и в вводной части с обводкой фишек.  Ведение в начале выполняется шагом, затем ускоренным шагом, затем медленным бегом и т.д.(в зависимости от степени и качества освоения упражнения).  В перерывах между заданиями – упражнения на контроль мяча на месте, жонглирование.  Порядок освоения способов ведения – катание мяча руками, затем ведение мяча руками (баскетбол), затем ведение мяча ногами (футбол). |
| Совершенствование техники ведения мяча на игровом поле – использование освоенных способов ведения и поворотов с постоянным изменением способа ведения (баскетбол – футбол). | Задачи:  - избегать потери контроля над мячом (уход из игрового поля, встречи с соперником и его мячом);  - поиск «свободных зон» на игровой площадке и выполнение ведения мяча в них.  Упражнения вначале выполняются шагом, затем ускоренным шагом, затем медленным бегом, затем ускоренным бегом ( в зависимости от качества сохранения контроля над мячом) |
| Игровая деятельность:    Подвижные игры: различные варианты игры «Салка», «Снайпер», «Защитник крепости», «Мяч ловцу», « 10 передач» и другие.  Спортивные игры: в малых группах – 1х1, 2х2, 3х3, 1х2, 2х3 | В занятия обязательно необходимо включать игровые упражнения, которые закрепляют изученный тренировочный материал, повышают интерес к спортивной секции.  Игры проводятся быстро, с частыми сменами участников, спарринг-партнеров.    Желательно, чтобы зал можно было поделить на несколько малых игровых площадок (снижает время ожидания, не дает отвлекаться юным спортсменам от задач тренировки). |
| По мере освоения ведения в основную часть включаются упражнения на совершенствование ведения с сопротивлением соперника (отбор мяча) и с сочетанием передач партнеру/партнерам и открыванием под передачи. | Предварительно данный усложненный материал необходимо тщательно отработать, довести до сознания юных спортсменов. Отработка данных умений также осуществляется на основе техники перемещений в парах с партнером со схожими двигательными способностями. |
| **Заключительная часть** – создание условий для оптимизации процесса восстановления организма после тренировочного воздействия.  Игры: « Резиновая игрушка», «Карлики-великаны» и др., упражнения стретчинга.  Подведение итогов, организационные моменты на следующие занятия. | В данной части используем игры на внимание, упражнения на гибкость, дыхательные упражнения.  Обязательно выделить удачные моменты в работе учащихся, их достижения. |