

КОНСПЕКТ ОТКРЫТОГО УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ХОККЕЮ С ШАЙБОЙ

Учебно-тренировочной группы 1 (второго года обучения).

Тренер-преподаватель: Татарников С.Ю.

Место проведения: хоккейный корт

Тема тренировочного занятия: Техника приема и передачи шайбы. Техника катания. Техника ведения шайбы.

Цель тренировочного занятия: Закрепление навыков техники приема и передачи шайбы. Закрепление навыков техники катания на коньках, ведения шайбы. Совершенствование навыков техники катания.

Задачи:

I. Образовательные:

1. Совершенствование технику скольжения на коньках лицом вперед, спиной вперед; комбинированное катание. 2. Закрепить технику приема передачи шайбы, технику ведения шайбы лицом вперед широким перебором.

II. Развивающие:

1. Развитие ловкости

III. Воспитательные:

4. Формирование устойчивого интереса к занятиям спортом.

Инвентарь — клюшки, шайбы, стойки.

Методы выполнения упражнений: повторный, равномерный, переменный.

Метод объяснения упражнения: словесный, наглядный.

Образовательные технологии: проблемного обучения, игровая.

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная	Построение, объяснение цели и задач занятия	1 мин	Настроить группу на предстоящую работу.

	<ol style="list-style-type: none"> 1. прокат на правой, левой ноге; 2. прокат в посадке; 3. передвижение, не отрывая коньков ото льда лицом и спиной вперед; 4. перекаты с ноги на ногу <p>Для вратарей передвижение в воротах действия в стойке.</p> <p>Ведение шайбы в движении по малому кругу вбрасывания лицом</p> <p>Ведение шайбы в движении по малому кругу вбрасывания спиной вперед</p> <p>Ведение шайбы в движении по всем кругам вбрасывания лицом</p> <p>Ведение шайбы в движении вбрасывания спиной вперед</p> <p>Игра «Салки»</p> <p>Двухсторонняя игра</p>	<p>10 мин</p> <p>10 мин</p> <p>10 мин</p> <p>10 мин</p> <p>20 мин</p>	<p>обратить внимание на правильность постановки лезвий коньков на лед.</p> <p>Сесть ниже, спина прямая, смотреть вперед, клюшка в двух руках. Двигаться по линии круга</p> <p>Вратари передвигаются в воротах от штанги к штанге выкатываются, вкатываются имитируя прием шайбы</p> <p>Корпус развернут лицом в центральную точку вбрасывания</p> <p>Разворачивать плечи в направлении передачи, нижнюю руку на черенке клюшки держать свободно</p> <p>Дети делятся на пары и догоняют друг друга в определенной зоне</p> <p>Дети делятся на несколько команд и играют друг против друга в разных зонах.</p>
--	--	---	--

Заключи- тельная 5 мин	Свободное катание по кругу Подведение итогов занятия	5 мин	Дыхание ровное Отмечаем, что получилось на тренировке, какие были ошибки, над чем еще нужно работать.
---------------------------------------	---	-------	--