

Игры и упражнения по обучению детей старшего дошкольного возраста элементам игры в хоккей

Хоккей – командная игра. 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 ребёнка. Дети получают лишь элементарные представления о хоккее. Поэтому при **обучении дошкольников** можно ввести 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.

Дети могут играть не на коньках, а надевать легкие кожаные сапожки или валенки.

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.



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. Кроме того, у вас нет специального обмундирования вратаря, что может привести к травмам. Поэтому необязательно учить **детей действиям вратаря**, а также применению обманных действий в 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 выскользнула из рук. На первых занятиях очень важно научить ребят правильной стойке **хоккеиста**.



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, скользя обувью по снегу. Ребятам

это нравится, и они более уверенно себя чувствуют.

Упражнения для освоения техники владения клюшкой и шайбой

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 её от клюшки по кругу.

Вести шайбу, не глядя на неё.

Вести шайбу с постепенным увеличением скорости передвижения.

Вести шайбу по кругу влево, вправо.

Вести шайбу между стойками или кеглями.

Броски шайбы с места в цель (*расстояние 2-3м*). 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 и слева.
Удар по шайбе после ведения. Скорость ведения постепенно увеличивается.



Игры по обучению игре в хоккей

«Догони пару».

Построение в две шеренги на расстоянии двух шагов друг от друга. По сигналу вторые номера убегают, первые догоняют, и наоборот.

«Берег - море». Прыжки по сигналу ведущего: «берег» - из круга, «море» - в круг.

«Снайперы». Метание снежков или малых мячей то

левой, то правой рукой в цель.

«Стоп!» Бег врассыпную, по свистку остановиться и принять позу **хоккеиста**.

«Передай шайбу». Передача шайбы друг другу и остановка её клюшкой.

«Гонки с шайбой». Вести шайбу клюшкой, не отрывая её.

«Квадрат». Ведение шайбы по квадрату.

«Лабиринт». Ведение шайбы между стойками.



«Забей в ворота». Забивать шайбу в ворота с места. Побеждает команда, забросившая больше шайб.

«Не выпусти шайбу из круга». Ребята стоят по кругу, в центре – водящий, у его ног шайба.

Водящий **старается** ударом ноги протолкнуть шайбу между играющими, а те не пропускают её, отбивая

клюшками обратно. Если шайба вышла из круга, дети считаются проигравшими.

«Ледяная карусель». Ведение шайбы по кругу справа, слева от себя, с поворотом и остановкой по сигналу, не отрывая шайбы от клюшки.

«Землемеры». Кто скорее измерит клюшкой **хоккейное поле**. При перекладывании клюшки из одной руки в другую не отрывать один конец клюшки от земли.

«Передай шайбу друг другу». Стоя на месте на расстоянии 3 м друг от друга, выполнять точную передачу шайбы.

«Будь внимателен». Обычная ходьба по кругу, бег правым и левым боком, обычный бег (использовать в качестве сигнала зрительные



ориентир). По ходу действия дети берут клюшки и кладут их за голову, на плечи (*хват обеими руками с двух концов*).

«*Попрыгунчики*». Продвигаться вперёд, перепрыгивая через клюшки. Условие: не делать дополнительных прыжков.

«*Поспеши, но не сбей*». Ведение цепочкой друг за другом шайбы, не отрывая её от клюшки, обводя предметы, стоящие на расст. 1 м друг от друга.

«*Не пропусти шайбу*». Задача нападения – провести шайбу с передачей мимо защитников и попасть в ворота. Задача защиты – перехватить шайбу, помешать нападающим.

«*Загони в ворота*». Ведение шайбы толчком справа и слева и забрасывание шайбы в ворота после ведения (*10 м*).

«*Сбей кегли*». Броски шайбы слева и справа от себя в цель.

