**Тема занятия:**

**Техника приема и передачи шайбы. Техника катания. Техника ведения шайбы.**

**Цель тренировочного занятия:**

1.  Закрепление навыков техники приема и передачи шайбы.

2. Закрепление навыков техники катания на коньках, ведения шайбы.

3.  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:

1. Формирование устойчивого интереса к занятиям спортом.

2. Формирование коллектива.

**Инвентарь** **—** клюшки, шайбы, стойки.

**Методы выполнения упражнений:**повторный, равномерный, переменный.

**Метод объяснения упражнения:** словесный, наглядный.

**Образовательные технологии**: проблемного обучения, игровая.

**Ход занятия.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Части**  **занятия** | **Содержание** | **Время** | **Организационно-**  **методические указания** |
| **Подготови-**  **тельная**  **15мин** | Построение, объяснение цели и задач занятия  Скольжение лицом вперед  спиной вперед, в комбинации упражнения с клюшкой.  Скольжение лицом вперед   И.П. Ноги на ширине плеч, приседания на двух ногах  И.П. Ноги врозь, клюшка над головой, руки прямые. Наклоны вперед- назад  И.П. Ноги шире плеч, клюшка в одной руке. Выпады на левую-правую ногу  И.П. Ноги врозь, клюшка перед собой в вытянутых руках. Скручивание туловища в правую (левую)  сторону  И.П. Ноги вместе, клюшка в одной руке перед собой. Вращение поочередно правой и левой рукой | 1 мин  5 мин  9мин | Настроить группу на предстоящую работу.  Выполняется в движении по кругу по всей длине площадки друг за другом (в 3-4 м) в среднем темпе.  Ноги вместе не соединять   5-6 раз  Дотягиваться клюшкой до коньков 4-6 раз  Ногу в колене сгибать полностью 4-6 раз  Клюшку держать широким хватом сверху,4-6 раз  Спину держать прямо ,4-6 раз |
| **Основная**  **часть**  **70 мин** | Упражнения на совершенствование техники скольжения на коньках лицом вперед спиной вперед    скольжение по кругу -  переход:  движение по кругу с выполнение следующих упражнений от синей до синей линии:   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   Для вратарей передвижение в воротах действия в стойке.  Ведение шайбы в движении по малому кругу вбрасывания лицом  Ведение шайбы в движении по малому кругу вбрасывания спиной вперед  Ведение шайбы в движении по всем кругам вбрасывания лицом  Ведение шайбы в движении вбрасывания спиной вперед  Игра «Салки»  Двухсторонняя игра | 10 мин  10 мин  10 мин  10 мин  10 мин  20 мин | Выполняется в движении от синей линии до синей линии  обратить внимание на правильность постановки лезвий коньков на лед обратить внимание на правильность постановки лезвий коньков на лед.  Сесть ниже, спина прямая, смотреть вперед, клюшка в двух руках. Двигаться по линии круга  Вратари передвигаются в воротах от штанги к штанге выкатываются, вкатываются имитируя прием шайбы  Корпус развернут лицом в центральную точку вбрасывания  Разворачивать плечи в направлении передачи,    нижнюю руку на черенке клюшки держать свободно  Дети делятся на пары и догоняют друг друга в определенной зоне  Дети делятся на несколько команд и играют друг против друга в разных зонах. |
| **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. |