

Лонгинова Наталья Семеновна инструктор по физической культуре МБДОУ
«Майинский ЦРР д/с « Мичил »»

Конспект
занятия по физкультуре в подготовительной группе
«Прыжки через нарты»

Сыала:

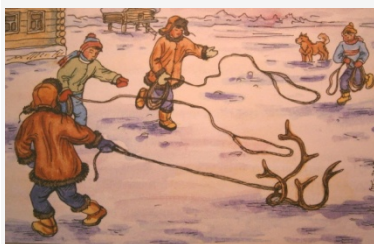
1.« Нарта нонуо ыстаныы» оболорго хотугу норуотун хамсаныылаах оонньуутун билиьиннэри.

Соруга:

1. Оболору «нарта» нонуо ыстанрга уорэтии.
2. Оболор доруобуйаларын боборготуу, Эт-хаан оттунэн сайыннарыы:кууьун, тургэнин,сымсатын,имигэьин,тулуурун.
3. Араас омугу кытта добордоьуу сыьыаны иитии.

Инники улэ.

- 1.Хоту олорор торут олохтоохторун норуотун билиьиннэри.
- 2.Табаьыттар курэхтэьиилэрин билиьиннэри.
- 3.Нарта диэн тугуй? Урут хайдах нартаны ыстаналлар уонна билигин хайдах нартаны ыстаналларын билиьиннэри.
- 4 Нартаны ыстанар быраабылатын билиьиннэри.



Правила прыжков через нарты

а) прыжки выполняются с места одновременным отталкиванием двумя ногами;

б) участники соревнований, продолжавший все 10 нарты, прыжком делает поворот на 180°, обязательно с одновременным отталкиванием двумя ногами, и продолжает прыжки в обратном направлении. Так он выполнит прыжки до тех пор, пока самостоятельно не прекратит их (устал или не совершит ошибку);

в) для выполнения поворота спортсмену дается 5 сек. (считается времени секундомером производится судьей с момента приземления спортсмена после прохождения им последней нарты до момента отталкивания ногами для выполнения новой серии прыжков);

Прыжки через нарты выполняются спортсменом до первой ошибки, влекущей за собой приостановление дальнейших прыжков.



Тутгар матырийааллар: Нарта (барьер) 5 устуука, 2 устуука мат, 1 устуука мээчик.

Дьарык хаамыта:

Оболор стройунан киирэллэр, сураабын устун тураллар.

Ф. Утуо кунунэн оболор! (оболор дорооболооллор)

Ф. Оболоор бииги бугун нартанан ыстанан холонуохпут, ыстанан сабалыхпыт иннинэ эппитин – хааммытын эрчийиэххэ.

Ф. Равняйсь! Смирно! Направо! Прямо шагом марш!

Оболор зал устун хаамаллар

Ф. илиибитин уоьээ ууннубут атахпыт тоботугэр хаамабыт.

Ф. илиибитин кэтэхпитигэр уурабыт тилэхпитигэр хаамабыт

Ф. илиибитин оттукпутугэр уурдубут уллунахпытын тас оттугэр уктээн хаамабыт

Ф. бытаан сууруунэн суурэн сабалаатыбыт 30 сек

Ф. Тохтоотубут, хаамтыбыт, «вдох, выдох» онордубут

Ф. хаамтыбыт.

Ф. Тохтоотубут, тогурук буолан турдубут.

Ф. 1. санныбыт сабаччы атахпытын уурдубут, илиибит оттукпутугэр тобобутун уна, хас эргитэбит (8 тогуль)

Ф. 2. санныбыт сабаччы атахпытын уурдубут, илиибит оттукпутугэр санныбыты уоьээ табаарабыт, аллараа туьэрэбит (8 тогуль).

Ф. 3. атахпытын бииргэ холбуубут, илиибитин бастаан иннибитигэр уунабыт онтон илиибитин уоьээ табаарабыт ол табаарарбытыгар атахпыт тоботугэр турабыт онтон илиибитин туора тутабыт уонна туьэрэбит ахсаанынан оноробут .

Ф. 4. Миэстэбитигэр хаамтыбыт.

Ф. 5. Тохтоотубут. Тилэхпитин холбуубут атахпыт тобото тус – туспа тутабыт, илиибитин оттукпутугэр уурабыт миэстэбитигэр туран куобахтыы ыстанабыт 1-8 аабабыт, тохтоубут онтон хатылыыбыт 3-4 тогуль.

Ф. 6. Буттубут «вдох выдох» онордубут 4-5 тогуль

Ф. Манан эрчиллийбит бутэр, анны нарталары ыстанан холонуохпут.

Ф. Оболоор олоппоско олордубут, биир, биир тахсан ыстанан сабалыхпыт.

10 устуука нарта бэлэмниибин сабаланытыгар уонна бутэьигэр сымнабас «мат» тэьльгийбин.

Ф. Ыстаныхпыт иннинэ оссо биирдэ быраабылатын кэпсизим Кэпсээбитим кэннэ оболор биир – биир ыстаналлар. Маладьыас (оболору хайбыыбын)

Ф. Бары ыстанан боруобалаатыбыт хайдах эбитий (оболортон санааларын истэбин)

Ф. оболор хамсанылаах оонньууну оонньуубут? Быраабылатын быьаарабын.

Ловля оленей (Коръясос куталом)

Среди играющих выбирают двух пастухов, остальные участники – олени. Они становятся внутри очерченного круга. Пастухи находятся за кругом, друг против друга. По сигналу ведущего «Раз, два, три – лови!» пастухи по очереди бросают мяч в оленей, а те убегают от мяча. Олень, в которого попал мяч, считается пойманным. После четырех – пяти повторений подсчитывается количество пойманных оленей.

Правила игры:

Игру можно начинать только по сигналу. Бросать мяч можно только в ноги играющих. Засчитывается прямое попадание, а не после отскока.



Бу оонньууга бары оонньуулар эбэтэр обо элбэх буоллабына икки хамаандаба арахсаллар, бастаан бастакы хамаанда оонньуур онтон иккис хамаанда оонньуур.

Оботтон 2 табаыт талабыт, атыттар-таба буолаллар. Табалар тогурук иьигэр тураллар. Табаыттар тогурук тас оттугэр бэйэ – бэйэлэрин утары тураллар. Свисток тыабаатабына « биир – икки- ус хап!»табаыттар хардары тары мээчиктэрин табаларга бырабаллар, табалар мээчиктэн куотуохтаахтар. Табыллыбыт таба тутуллубутунан аабыллар. 4-5 бырабан баран хас табаны туппуттарын аабаллар.

Оонньуу быраабылгата: свисток эрэ тыабаатабына сабалыыллар. Мээчиктэрин табалар атахтарыгар эрэ бырабыахтаахтар. Мээчиктэрин табаыттар конотук эрэ бырахтарына аабыллар, мээчик муостаба тэйэн таптабына аабыллыбат.

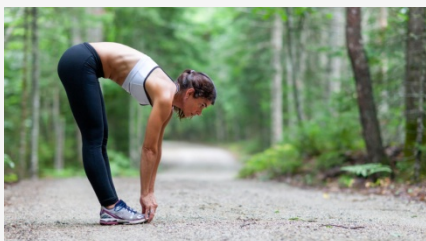
Ф. Хайа оболоор оонньууну собулээтигит? Аныгыскыга эмиэ оонньуохпут сэл.

Ф. Чэ-эрэ оболоор ыстанан- суурэн баран хайаан да «заминка» оноробут.

Ф. 1. Муостаба олоробут атахпытын иннигэр уурабыт. Туоспутун, санныбытын иннигэр абалабыт. Уонна аллараа тонкойобут, атахпыт тоботун илиибит тарбахтарынан таарыйабыт. Маннык балаыанньаны 30 сокуундэ тутуабыт. 3-4 хатылыбыт



Ф. 2. Турдубут атахтарыбытын бииргэ холбуубут уонна умса туэбит илиибит тарбахтарынан атахпыт тоботунэн таарыйабыт. 3-4 хатылыбыт



Ф. 3. Атахпытын киэнник уурабыт бастаан уна атахпытыгар ойбос оттугэр туэбит онтон турабыт ханас оттугэр туэбит. 3-4 хатылыбыт



Ф.Маладыастар! манан дьарыкпыт тумуктэннэ.
Ф.Построились, Равняйсь! Смирно!
Ф. Аныгыскы дьарыкка корсуоххэ диэри.
Ф. Направо! вперед шагом марш!(оболору табаартыбын).