***Тема: Игра – путешествие «Мой веселый мяч»***

***Цель***: Привить любовь к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

***Задачи:***

* Научить применять подвижные игры во время активного отдыха. Развить физические качества с помощью игр и эстафет. Воспитать дружный коллектив.

Метод проведения: соревновательно - игровой. Место проведения: спортивный зал. Инвентарь: фитбольные мячи, магнитофон.

**Ход игры.**

Зал празднично украшен. Под звуки веселой мелодии входят в зал и строятся. Появляется ***клоун***. Здравствуйте, здравствуйте. Я рад вас видеть. Угадайте, кто я? Правильно. Вы любите играть? Да! Вы знаете, сколько положительных эмоций вы получаете во время игры, которые нужны подрастающему организму. Именно в игре человек лучше всего растет и развивается. Какие у вас любимые игры? Где вы играете? С кем?

- *Вы готовы отправиться в путешествие – игру «Мой веселый мяч»?* *- Но перед тем как мы отправимся путешествовать, что надо сделать*? Хором, размяться. – *Дети, вы согласны*? Да! - *Тогда повторяйте за мной вместе****. Каждый день у нас, ребята***. Дети: Каждый день! - ***Начинается с зарядки.*** Дети: Каждый день! – ***Даже утром самым хмурым***. Дети: Каждый день! – ***Веселит нас физкультура***. Дети: Каждый день!

***- Мы зарядку начинаем.*** И на месте все шагаем, Руки вверх подняли выше, Опустили, четко дышим Взгляд, ребята, тоже выше. Может, Карлесон есть на крыше? *Молодцы ребята, пора начинать путешествие*. Клоун впереди остальные берутся за талию друг за друга, и получается веселый паровозик. Остановка около фитбольных мячей.

***Игра «Тоннель***». Игроки делятся на пары, сидя на фитболе напротив друг друга, поднимают руки вверх и соединяют их, образуя «тоннель». Последняя пара проходит через тоннель, прокатывая впереди свой мяч, и становится первой парой. Так по очереди через тоннель должны пройти все пары.

*Молодцы, все справились заданием.* Нам расти, расти, расти. Мячик помогает, Ну, а если улетит - Мы его поймаем.

***Игра «День и ночь***». По команде «день» игроки бегают с мячом произвольно по залу. По команде «ночь» ложатся на фитбольный мяч грудью, обхватывая мяч руками и ногами. Побеждает тот игрок, кто не шевелится.

До следующей остановки мы должны катить мяч. Построение в колону по одному.

***Игра «У кого поле чище***». Команды делятся на две равные части. У каждого игрока в руках мяч. Посередине линия, за которую нельзя наступать. По свистку все одновременно катят мячи в противоположную сторону. Каждая команда старается, чтобы мячи находились противоположной команде. По свистку все поднимают руки вверх и замирают. На каждой стороне подсчитывают мячи. Побеждает та команда, у кого мало мячей. У кого на поле много мячей, та команда проигрывает. *Правила:* нельзя ударять ногой мяч, нельзя кидать мяч, только катить мяч в противоположную сторону. ***Дыхательная гимнастика***. Стоя, руки с мячом подняты вверх. Подбросить мяч, поймать, произнести «у – х –х » 5-6р

Чтоб высокими нам стать. Будем мы друзья играть! Сделать сможете, как я. Делай раз, и делай два.

***Образуем большой круг с мячами***. Перекатывание мяча друг другу, по кругу влево, вправо. Высокое подбрасывание мяча и ловля. Ловля с приседанием и с хлопком. Вот тяжелые мячи. Сразу видно силачи. Будем руки развивать. Мяч друг другу отдавать! ***Игра «Горячий мяч».***  Игроки становятся в круг. Ведущий дает мяч, и по сигналу участники передают его по часовой стрелке друг другу. По команде «Стоп!» передача мяча прекращается, а игрок, у которого мяч в руках, выбывает из игры. По команде игра возобновляется. Побеждает участник, оставшийся последним.

Быстро время пролетело. Чтобы силы нам набраться. Будем вместе расслабляться. Руки поднять вверх, подняться на носки – вдох, руки отпустить вниз, опуститься на стопу – выдох.

Вот и закончилось наше путешествие. Ребята, понравилось вам путешествие? Мы очень рады, что вы такие ловкие, быстрые и смелые. Благодарим вас за участие. До свидания!