### Внеклассные занятия по физической культуре

“Откуда взялся мяч?”

Подготовила и провела:

учитель физкультуры

Крючкова Н.А.

Внеклассное мероприятие, проводимое с целью познакомить учащихся с историей появления первого мяча; развивать фантазию, внимание учеников, их двигательную активность; воспитывать бережное отношение к вещам, умение контролировать свои поступки.

**Цели занятия:**

* познакомить с историей появления первого мяча;
* развивать фантазию, внимание учеников, двигательную активность;
* воспитывать бережное отношение к вещам, умение контролировать свои поступки.

**Оборудование:** спортивные мячи, насос, листочки бумаги (на каждую парту), рисунки, карандаши.

**Ход занятия:**

**1. Организация класса.**Пусть это утро несёт нам радость общения и познания.

**2. Сообщение темы и целей занятия.**Наша Таня громко плачет,
Уронила в речку … (мячик)

Эти строчки знакомы вам с раннего возраста. Ребята, а вы знаете, откуда взялся мяч? Каким он был? Кто придумал в него играть?
Сегодня я расскажу вам историю появления мяча. Итак, тема нашего занятия “Откуда взялся мяч?”

**3. Беседа**

### История мяча

В Африке на берегу реки Нил с незапамятных времён живут жуки-скарабеи. Те, что скатывают земляные шарики. Может, у скарабеев за 5 тысяч лет до нашей эры люди научились лепить шары из нильского ила?

“Но у меня-то мяч не из нильского ила! – скажете вы. – Почему?” Потому что с тех пор – наизобретали мячей! Тряпичных, войлочных, каменных, деревянных!.. Мячи набивали перьями, песком, фисташковыми зёрнами!.. Играть в них считали страшно полезным делом. Один древнеримский врач всем больным вместо лекарств, прописывал игру в мяч. А погоняй-ка такой, каменный! Или с песком. Тяжеловатые мячи.

И вот однажды, две тысячи лет тому назад, в Риме случилось вот что. Учитель гимнастики, звали его Атциус, проходя мимо мясной лавки, обратил внимание на огромный бычий пузырь. Надутый воздухом и перевязанный верёвкой, он висел над входной дверью – для красоты. Ветер трепал пузырь и стукал его об стенку, а он отскакивал! Ударялся и отскакивал!

“Идея!” - должно быть, подумал Атциус, купил пузырь, обшил его дома чехлом из кожи, и получился мяч – лёгкий и прыгучий!

С тех пор наизобретали много мячей. Для каждой игры – особенный. Теперь спортивные мячи такие:

* 1. Теннисный мяч – резиновый, обтянутый белой шерстяной тканью

[*Приложение*](http://festival.1september.ru/2004_2005/articles/212166/p.doc)*. Рисунок 1*

* 1. Овальный мяч – регби: длина 28-29 см, вес – 0,5 кг.

[*Приложение*](http://festival.1september.ru/2004_2005/articles/212166/p.doc)*. Рисунок 2*

* 1. Волан – это тоже мяч – для игры в бадминтон
	2. Баскетбольный

[*Приложение*](http://festival.1september.ru/2004_2005/articles/212166/p.doc)*. Рисунок 3*

* 1. Футбольный

[*Приложение*](http://festival.1september.ru/2004_2005/articles/212166/p.doc)*. Рисунок 4*

* 1. Волейбольный

[*Приложение*](http://festival.1september.ru/2004_2005/articles/212166/p.doc)*. Рисунок 5*

* 1. Гандбольный

**4. Практическая работа.**Даётся задание учащимся надуть резиновую камеру.

**5. Физкультминутка**Девочки и мальчики прыгают, как мячики1,
Ручками хлопают2,
Ножками топают3,
Глазками моргают4 ,
После отдыхают5.

1 После слов выполняют прыжки под музыку.
2 Хлопки три раза.
3 Топают три раза.
4 Закрывают, открывают глаза.
5 Приседают, руки свободные.

**6. Историческая страница.**

- В России наши с вами прабабушки вместе с прадедушками, когда были маленькие, играли в лапту. И дедушки играли и мамы! А вы умеете? На широкой площадке друг напротив друга обозначаются “города”. Игроки одной команды по очереди ударом круглой палки подбрасывают мяч вверх и вперёд и во время его полёта перебегают до “города” противника и обратно. Противники стараются поймать мяч и осалить им бегущего.

“Мяч” - по-английски “бол”, “ступня” - “фут”. Сложишь “фут”+”бол” получается “ножной мяч”. А баскетбол своему названию обязан… корзине из-под персиков. Именно её приспособил для первого на планете баскетбольного матча изобретатель этой игры американец Джеймс Нейсмит. “Бол” - мяч надо было забросить в “бас кет” - что в переводе с английского значит – корзина!

**7. Задание на внимательность.**Найди два одинаковых мяча. Какие мячи можно положить в корзину? [*Приложение*](http://festival.1september.ru/2004_2005/articles/212166/p.doc)*. Рисунок 6*

В развалинах древних индейских городов на Юкатанском полуострове Центральной Америки обнаружены площадки для игры в мяч. Индейцы считали мяч символом Солнца и Луны. Поэтому во многих играх его даже руками не касались. А только ракетками.

Никогда и ни за что игрок индеец нарочно не ударил бы соперника. Но если уж нечаянно “засветят”, индеец должен был, перетерпев боль, рассмеяться. Злиться в таких случаях или плакать считалось позорным и недостойным мужчин.

Идея совершенствования мяча не останавливается, странствуя по миру. Сегодня существуют разные мячи. Если рассказ о мяче вам понравился, и у вас возникло желание создать новый мяч, дайте свободу воображению и создайте свой чудо – мяч.

**7. Творческое моделирование.**
*Дети рисуют, затем проводится выставка работ.*

**8. Историческая страничка.**

Бывший футболист из Чехословакии Ян Мелишко стал футбольным жонглёром. Его рекорд – 17 тысяч ударов головой по мячу без перерыва! Жонглируя мячом, он может петь, вести мотоцикл, бегать по лестнице, танцевать вальс…

А однажды, подкидывая мяч головой, он прошёл 14 км!

Большой баскетбол – игра гигантов, а если ты не гигант? Как быть? Советую вам развить прыгучесть! Сделайте отметку на стене. Допрыгнул? Поднимай выше! Упражняйся в прыжках!

**9. Итог занятия.**

- Вот о чём думает наш современный мяч:

Стукнешь о стенку – а я отскочу,
Бросишь на землю – а я подскочу.
Я из ладоней в ладони лечу.
Смирно лежать я никак не хочу.

- А сейчас мы с вами пройдём в спортивный зал и разучим старинную игру лапту.