**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«НАЧАЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №31»**

**Занятие по внеурочной деятельности**

**«Эстафеты с мячом»**

**Подготовила учитель**

**физической культуры**

**Долгих Галина Николаевна**

**Старый Оскол**

**2013г.**

**Занятие № 7(15)**

**ТЕМА:** ***«Эстафеты с мячом»***

**Цели:** Продолжать формировать знания и представления о безопасном поведении во время занятий подвижными играми с мячом; закрепить сформированные двигательные умения и навыки владеть мячом в подвижных играх: «Передача мяча в колоннах», «Мяч соседу». Развивать координацию движений, быстроты реакции. Воспитывать чувство дружбы, коллективизма.

**Класс: 1 «В»**

**Дата:** 17 .12.13г. **Инвентарь:** 2шт. баскетбольных мяча.

**Место:** спортивный зал.

**Ход занятия**

**1.Организационный момент**.

Построение в шеренгу по одному. Приветствие. Сообщение задач занятия.

**2.Введение в тему занятия.**

**Слова учителя.**

Дорогие ребята! Вы любите играть с мячом?

А какие игры с мячом вы знаете? Давайте посоревнуемся, чья команда больше всей их назовёт*. (Футбол, баскетбол, волейбол, гандбол, большой теннис, настольный теннис, хоккей на траве, хоккей с мячом, водное поло, регби, гольф, лапта).* Скажите, а какой самый легкий мяч (теннисный) Молодцы! Много игр вы знаете!

Кто может сказать, а какие же качества помогают развивать подвижные игры? (Ловкость, меткость, быстроту, выносливость). В играх не обойтись без смекалки, находчивости, умения быстро ориентироваться и выбирать правильное решение. Не меньшая польза подвижных игр и в том, что они позволяют лучше узнать друг друга, воспитывают честность, взаимовыручку, терпение.

А, чтобы не было беды, очень важно во время игры соблюдать порядок и дисциплину.

Давайте вспомним правила поведения во время игры:

* Играй честно, по правилам.
* Поддерживай игроков своей команды.
* Не унижай соперников.
* Отстаивай свои права не кулаками, и криком, а спокойно, терпеливо.
* Выиграл-не зазнавайся.
* Проиграл-не плачь. Будь настойчивым, и в следующий раз обязательно победишь.

**3.Подвижная игра** *«Класс, смирно!»*  Ученики строятся в одну шеренгу. Учитель, стоя лицом к играющим, подает команды. Ученики должны выполнять команды только в том случае, если перед командой будет сказано слово «класс!». Если слово отсутствует, то реагировать на команду не надо. Допустивший ошибку, делает шаг вперед и продолжает играть.

Звучат команды «Направо», «Налево в обход шагом марш».

**4.Разминка**:

Комплекс общеразвивающих упражнений (в движении по кругу).

-Ходьба на пятках, на носках, на внешней и внутренней сторонах стопы, с различными положениями рук - по 20м. Шаг короткий.

-Ходьба большими шагами (выпадами).

-Бег приставным шагом левым боком вперед, правым боком вперед (50м).

-Прыжки вперед на двух ногах, руки на пояс (25м).

-Руки к плечам, круговые движения локтями вперед, назад (по 16 раз).

-Руки на пояс, движения локтями вперед-назад (16 раз).

-Руки согнуты в локтях, повороты туловища то влево, то вправо, на каждый шаг.

**5.Игра «Светофор».** Учитель показывает карточки разного цвета, а дети выполняют задания. Желтый – шагают, Красный - стоят и зелёный бегу.

После минутного бега перейти на шаг, выполнить дыхательные упражнения

Сейчас мы проведем баскетбольные эстафеты.

Перестроение в две колонные (команды)

**6.Первая эстафета - «Мяч соседу».**

Эта игра увлекает детей, и они могут играть в неё часами.

***Описание игры***

Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. Ведущий стоит за кругом. Игроки передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу. Задание ведущего – дотронуться мяча. Если ведущему это удалось, то игроку у кого был мяч, становится ведущим.

***Правила игры***

1. Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. Ведущий стоит за кругом.

2. Игроки передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу.

3. Задание ведущего – дотронуться мяча. Если ведущему это удалось, то игрок у кого был мяч, становится ведущим.

***7.Вторя эстафета –* «Передача мяча в колоннах»**

**Подготовка.**Играющие делятся на несколько групп - команд, и каждая из них выстраивается в колонну по одному, одна параллельно другой. Игроки в колоннах стоят на расстоянии вытянутых рук. У впередистоящих в колоннах - по мячу.

**Содержание игры.**

**Вариант 1.** По сигналу стоящие впереди игроки передают мяч над головой стоящим сзади них. Те таким же способом передают мяч сзади стоящим. Каждый раз последний игрок в колонне, получив мяч, бежит справа от колонны, а затем становится первым в своей колонне. Команда того, кто принесёт мяч раньше других, получает выигрышное очко. **Правила игры:** 1. Игра начинается только по сигналу руководителя. 2. Передавать мяч можно над головой, а не другим способом. 3. Уронивший мяч должен его поднять, встать на место и продолжить игру. 4. За каждое нарушение начисляются штрафные очки.

Игра повторяется несколько раз.

**8.Итог занятия.**

Построение в шеренгу.

-Скажите, с какой игрой мы сегодня познакомились?

-Понравилась ли вам игры?

-Как вы думаете, что эти игры развивают у детей?