Развлечение для детей 6-7 лет и их родителей «Играем вместе в баскетбол»

И: Здравствуйте гости! Сегодня мне хочется вам рассказать об очень интересной и увлекательной игре как вы думаете о какой? Послушайте загадку.

У поля есть две половины,

А по краям висят корзины.

То пролетит над полем мяч,

То меж людей несётся вскач.

Его все бьют и мячик зол,

А с ним играют в ... ( Баскетбол)

Игра в баскетбол - это командная игра в мяч, но в неё можно играть вдвоём, втроём и даже одному. Эта игра развивает крупные, мелкие мышцы обеих рук, увеличивает подвижность суставов пальцев и кистей. Способствует развитию глазомера, координации движений, улучшению двигательной реакции детей, воспитывает выдержку, уверенность и решительность. Учат командному взаимодействию.

Утро начинается С улыбок и игры.

Не поддавайтесь скуке,

Будьте все бодры!

В спортивном нашем зале Звучит задорный смех,

Как здорово, как весело С друзьями здесь играть!

Соревноваться вместе И вместе побеждать!

«

И:А поможет нам в этом зарядка.

Чтоб с мячами нам дружить, надо пальцы нам развить,

А поможет нам, друзья, эта чудная семья.

Раздача массажных мячиков.

* Массаж ладоней и рук с использованием массажных мячей, одновременно произносят слова:

Массаж здоровье укрепляет

И настроение поднимает!

* Катание мяча между ладоней;
* Попеременные сжимания и разжимания пальцами рук мяча;
* Сдавливание мяча кончиками пальцев;
* Вращение кистей рук с мячом;
* Прокатывание мячей по поверхности рук от кисти до плеча.

2 часть Разминка с мячом.. 1. И.п. - ноги на ширине стопы, мяч в руках. 1

* 2 - поднять мяч вверх, сгибая руки, опустить за голову; 3 — 4 - и.п.

1. И.п. - левая нога впереди, правая сзади, мяч у плеча на согнутой правой руке (левой придерживать мяч). 1 - толчок от плеча правой рукой, придерживая мяч левой и не выпуская его из рук; 2 - и п. То же левой рукой.
2. И.п. - сесть на иол, руки сзади в упоре, мяч зажат между стопами ног; 1 — 2 - подтянуть ноги с мячом к себе; 3 — 4 - и.п.
3. И.п. - то же. 1 — 2 - поднять прямые ноги с мячом вверх; 3 — 4 - и.п.
4. И.п. - стоя, мяч на полу. Правая нога на мяче, катать мяч вперёд-назад ногой. Затем поменять ногу.
5. И.п. - стоя, мяч зажат между ногами, руки на поясе. Прыжки на двух ногах.

Игры в парах « Школа мяча»

Зчасть. Деление в две колонны:

Игры - эстафеты с мячом.

1. «Передай - садись»
2. «Попади в корзину»
3. «Мяч по кругу»

Видов спорта много есть,

Даже всех не перечесть.

Будем мы сейчас играть,

Виды спорта называть.

Задание для родителей. Назвать виды спорта.

В конце все усаживаемся в круг и делаем комплекс упражнений для рук и пальцев.

«Как живёшь?»

А теперь похлопаем,

Ножками потопаем!

Ручками помашем,

До свиданья скажем!