Физкультурное занятие «Веселый мяч»

**Цели:**

1. Способствовать усвоению знаний о спортивных играх с мячом.
2. Создать условия для развития навыков выполнения упражнений с мячом.

**Задачи:**

1. Познакомить с разными видами мяча.
2. Учить ведению мяча в движении.
3. Развивать координацию движений в пространстве.
4. Развивать силу рук.
5. Воспитывать чувство дружбы и взаимопонимания.
6. Прививать интерес к занятиям физической культуры.

***Вводная часть:***

Под музыку дети входят в зал. Строятся в шеренгу. В руках у детей мячи.

**Инструктор**: ребята, отгадайте мою загадку.

*Звонкий, громкий и прыгучий,  
Улетает аж за тучи,  
И на радость детворе  
Звонко скачет во дворе.*

Дети отгадывают загадку ( мяч). Этот год объявлен годом мяча и на сегодняшнем занятии мы с вами покажем нашим гостям, как же мы умеем владеть с вами мячом. Давайте начнем наше занятие с разминки наших рук. Дети выполняют вращательные движения мяча руками, катание мяча по ладоням вперед- назад.

**Инструктор**: на право! В обход зала шагом марш!

- ходьба по залу с мячом

- ходьба на носках руки с мячом вверх

- ходьба на пятках руки с мячом убраны за спину

- ходьба с высоким подниманием колен руки с мячом вперед

- легкий бег

- боковой галоп руки с мячом вперед

- бег с захлестыванием голени назад руки с мячом сзади

Перестроение в три колонны.

***Основная часть:***

Выполнение ОРУ (с мячом)

**Инструктор**: теперь пришло время научиться правильно, владеть мячом и выполнить задания.

1. Отбивание мяча о пол и ловля его.
2. Ходьба по гимнастической скамейке руки с мячом вперед
3. ( перестроение в 2 звена) метание мяча в горизонтальную цель
4. Перебрасывание мяча через сетку

**Подвижная игра “Ловишка с мячом”**

Площадка заранее ограничивается ориентирами. Выбирается водящий. Он становится в центр круга, держит в руках мяч и произносит слова:

Мячик новый есть у нас,    
Мы играем целый час,  
Я бросаю – ты беги,  
А осалю – отходи.

Водящий старается попасть в убегающих мячом.

**Игра малой подвижности : « Мяч соседу»**

Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. Ведущий стоит за кругом. Игроки передают два мяча один вправо, другой влево, но обязательно соседу. Задание ведущего – мячи не должны соприкоснуться. Если мячи оказались у одного участника, то он выбывает из игры.

***Заключительная часть:***

Построение в колону друг за другом. Ходьба умеренным шагом. Подведение итогов занятия.