**Конспект**

**Семейно – спортивного досуга**

**«Спортивные игры с мячом»**

**Оздоровительные задачи:**

* Воспитывать привычку к здоровому образу жизни.

**Образовательные задачи:**

* Развивать физические качества: ловкость, быстроту, совершенствовать технику владения мячом, интерес к спорту.
* Воспитательные задачи:

Развивать чувство товарищества, коллективизма, обобщать знания детей о спортивных играх.

**Атрибуты:**

* Мячи(6 шт.)
* Клюшки (2 шт.)
* Мячи теннисные (2 шт.)
* Ракетки (2 шт.)

**Ход досуга**

*Дети и родители входят в физкультурный зал под музыку*

*(«Спортивный марш И.Дунаевского, сл. В.Лебедева – Кумача).*

**Ведущий:** Здравствуйте ребята, здравствуйте родители!

Вы любите спорт?

(*Ответы детей)*

**Ведущий:** Сегодня мы с вами, как настоящие спортсмены будем участвовать в соревнованиях, и играть в спортивные игры с мячом.

**Ведущий:** Какие виды спорта вы знаете?

*( Ответы детей)*

**Ведущий:** Молодцы! А что общего у футбола, баскетбола, волейбола, тенниса, хоккея на траве?

**Дети:** Во всех играх используется мяч.

**Ведущий:** Мяч возник в глубокой древности и за свою историю существования претерпел много изменений. Сначала его плели из травы, пальмовых листьев, изготавливали из плодов деревьев, шерсти животных, плели из тростника, скручивали из тряпок. Вырезали из дерева, шили из кожи, набивая травой, опилками и другими подобными материалами. Мяч и предметы, похожие на него, археологи находят по всему миру.

Для того чтобы поиграть и посоревноваться, мы проведем разминку.

**Разминка**

**1.**И.п.: о.с.

В.:1 – 8 – шаги на месте

**2.**И.п.: о.с.

В.: 1 – шаг правой вперед на носок, руки вверх;

2 – шаг левой вперед на носок;

3 – 4 – повторить 1-2;

5 – шаг левой назад, руки на пояс;

7 – 8 – повторить 5 – 6

(6 раз)

**3.**И.п.: о.с.

В.: 1 – шаг правой вперед на пятку, руки за голову;

2 – шаг левой вперед на пятку;

3 – 4 повторить 1 – 2;

5 – шаг левой назад, руки на пояс;

6 – шаг правой назад;

7 – 8 – повторить 5 – 6

(6 раз)

**4.** И п.: о.с., руки на пояс.

**В.**: 1 – руки к плечам;

2 – руки вверх;

3 – руки к плечам;

4 – И.п.

(8 раз)

**5.** И.п.: о.с.

**В.**:1 – руки к плечам;

2 – руки вверх;

3 – руки к плечам;

4 – И.п.

(6 раз)

**6.**И.п.: стойка ноги врозь, руки на пояс

**В.**: поворот вправо, правую руку назад, ладонью вверх;

2 – И.п.;

3 – поворот влево, левую руку назад, ладонью вверх;

4 – И.п.

(6 раз)

**7.**И.п.:стойка ноги врозь, руки на пояс.

**В.:** 1 – наклон туловища вправо, левую руку вверх;

2 – И.п.;

3 – наклон туловища влево, правую руку вверх;

4. –И.п.;

3 – наклон вперед, левой рукой дотронутся до правого носка;

4 – И.п.

(6 раз)

**8.**И.п.: стойка – ноги врозь, руки на пояс.

**В.:** 1 – наклон вперед, правой рукой дотронуться до правого носка;

4 – И.п.;

(6раз)

**9.**И.п.: стойка ноги врозь, руки на пояс.

**В.:** 1 – прыжок на правую ногу, захлестывая левую – назад;

2 – И.п.;

3 – прыжок на левую ногу, захлестывая правую – назад;

4 – И.п.;

5 – 8 – ходьба на месте.

(4 – 5 раз)

**10.**И.п.: о.с.

**В.:** 1 – 4 – подскоки вокруг себя вправо;

5 -8 – подскоки вокруг себя влево;

9 – 12 – ходьба на месте.

(4 -5 раз).

**Ведущий:** А теперь восстановим дыхание, выполним упражнение «Ветерок»

**Ведущий:** Итак, предлагаю разделиться на команды и посоревноваться.

**Ведущий:** Слово баскетбол произошло от английского Basket –корзина, Ball – мяч. Это игра возникла в прошлом веке и приобрела огромную популярность. Сейчас мы с вами будим настоящими баскетболистами.

**Эстафета №1»Мяч капитану»**

**Цель:** совершенствовать умение детей бросать и ловить мяч.

**Содержание:** участники стоят по кругу, капитан команды – в центре, по сигналу капитан бросает мяч первому участнику, тот возвращает мяч обратно, и т.д. Эстафета заканчивается, когда последний ребенок передаст мяч капитану.

**Эстафета №2 «Баскетбол»**

Цель: упражнять детей в ведении мяча. Развивать быстроту.

Содержание: дети и родители стоят в колонне (ребенок-родитель). По сигналу первый игрок ведет мяч «змейкой» между конусами, обратно бежит с мячом в руках по прямой и передает мяч следующему игроку, эстафета заканчивается, когда последний игрок передаст мяч первому игроку.

**Ведущий:** Хоккей на траве появился в древности, в него играли еще в Древнем Египте и в Древней Греции, это олимпийский вид спорта.

В отличие от обычного, в хоккее на траве вместо шайбы используют мяч.

**Эстафета №3»Хоккей»**

Цель: совершенствовать умение детей вести мяч клюшкой; развивать ловкость.

**Содержание:** дети и родители стоят в колонне (ребенок-родитель).

По сигналу первый игрок ведет мяч клюшкой «змейкой» между конусами, обратно бежит с клюшкой и мячом в руках по прямой и передает предметы следующему игроку. Эстафета заканчивается, когда последний игрок займет свое место.

**Ведущий:** Родиной футбола является Англия, произошел от английского foot –нога, ball- мяч. Футбол это – спорт, не знающий границ. Люди играют в футбол повсюду: на лужайке, на пляже, на большом стадионе. История футбола насчитывает тысячелетия.

**Эстафета№4»Футболисты»**

**Цель:** упражнять детей в умении передавать мяч ногой.

**Содержание:** По сигналу капитан команды передает мяч ногой первому участнику, тот второму и т.д. Эстафета заканчивается, когда мяч возвращается к капитану в обратном направлении. В эстафете участвуют дети и родители.

**Ведущий:** Теннис зародился во Франции и известен миру более 700 лет. Поначалу в теннисе мяч отбивали не ракетками, а надетыми на руку рукавицами, и мячи были совсем другие – пробковые, обшитые кожей.

**Эстафета№5»Теннисисты»**

**Цель:** развивать ловкость, быстроту.

**Содержание:** участники команды стоят по три человека друг напротив друга (родители с одной стороны, дети с другой). У капитана в руках ракетка с мячом. По сигналу капитан бежит по прямой с ракеткой, на которой лежит мяч к участнику, стоящему против него, передает ракетку с мячом, встает в конец этой колонны и т.д. Эстафета заканчивается, когда участники поменяются местами.

**Ведущий:** Родиной волейбола является Америка. Слово «Волейбол» переводится как «парящий, летящий мяч». В волейбол

Играют во всех странах мира, и женщины, и мужчины.

**Эстафета№6»Волейболисты»**

**Цель:** упражнять детей в умении подбрасывать и ловить мяч, развивать быстроту.

**Содержание:** участники команды стоят в колонне друг за другом

( родитель – ребенок), в руках у первого участника – волейбольный мяч. По сигналу первый участник бежит по прямой до конуса, подбрасывая мяч вверх, обратно – гладкий бег с мячом в руках, передает мяч следующему участнику.

Эстафета заканчивается, когда последний участник окажется на своем месте.

**Ведущий:** Мы с вами провели эстафеты с разными мячами: футбольным, волейбольным, теннисным. А сейчас поиграем в волейбол.

**Подвижная игра» Волейбол»**

**Цель:** развивать умение ориентироваться в пространстве, развивать ловкость.

**Содержание:** команды встают друг против друга врассыпную. Между ними натянута сетка. Игроки руками перебрасывают мяч через сетку, стараясь не уронить мяч на своей территории. Если мяч упал, то гол засчитывается той команде, на чьей территории упал мяч. Игра продолжается до 5 голов.

Ведущий: Молодцы! А сейчас я раздам каждой команде конверты с «волшебными буквами». Ваша задача – сложить из букв название вида спорта.

**Игра – задание малой подвижности «Веселые буквы»**

**Цель:** закреплять знание букв, совершенствовать умение составлять слова.

**Содержание:** команды получают по конверту с разрезанными на две части буквами. Задание: сложить буквы и из них составить название вида спорта (первая команда получает конверт с видом спорта «Футбол», а вторая команда получает конверт с видом спорта «Волейбол»). Выигрывает та команда, которая быстрее справится с заданием.

**Ведущий:** Наши соревнования подошли к концу. Команды показали свое мастерство владения мячом: футбольным, волейбольным, баскетбольным, а также умение отбивать мяч о ракетку и ведение мяча клюшкой. До новых встреч дорогие друзья!

*Родители с детьми выходят из физкультурного зала.*