

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад компенсирующего вида № 12 «Брусничка»  
города Усть-Илимска Иркутской области

**Конспект физкультурно-оздоровительного мероприятия с  
детьми старшего дошкольного возраста**

**«Королевство мячей»**

подготовила:  
воспитатель первой квалификационной категории  
Чернецкая Елена Валерьевна

г. Усть-Илимск  
2013

**Цель:** Формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культуры

**Задачи:**

- развивать физические качества у детей (выносливость, ловкость, быстроту, координацию)
- закреплять знания детей о видах спорта с мячами
- совершенствовать двигательные умения и навыки

Ход мероприятия

**1 часть. Вводная**

Дети берут коврики и свободно рассаживаются по залу

**Презентация и беседа о видах спорта с мячами**

Выполнения точечного массажа и дыхательной гимнастики

**Комплекс:**

1. Соединить ладони и потереть до нагрева одно о другую (это упражнение оказывает положительное воздействие на внутренние органы)
2. Слегка подергать кончик носа
3. Указательными пальцами массируем ноздри
4. Растереть ушные раковина сверху вниз
5. Сделать глубокий вдох, на выдохе произносим звук «м-м-м» постукивая указательными пальцами по крыльям носа
6. «Лебединая шея»
7. «Звезда» растягиваем мышцы, пальцы рук разведены в стороны, напрячь как можно сильнее
8. Раскатываем мячи «ежи» в руках, вокруг ладоней
9. Раскатываем мячи «ежи» стопой ног от большого пальца до пятки

Дети кладут мячи и коврики на место, берут большие мячи, строятся по росту в шеренгу.

**2 часть. Основная**

**Разминка с мячами**

1. Ходьба по залу на носках, руки вверх с мячом.

2. Ходьба, по залу высоко поднимая колени, коснуться коленом мяча (руки согнуты в локтях).
3. Ходьба по залу с отбиванием мяча об пол двумя руками.
4. Легких бег по залу, на сигнал стоп – подбросить мяч и поймать, продолжать бег.
5. Дети кладут мячи и выстраиваются для проверки осанки.
6. Воспитатель объясняет правила игры.

**М/п игра «Поймай - присядь»**

(ОВД владение мячом)

**С/п игра «Забей гол в воротца»**

(ОВД отбивание мяча ногой – элемент футбола, ползание)

**В/п игра «День - ночь»**

(ОВД – броски, ловля, катание)

У каждого из участника по мячу, по команде «день» - дети выполняют различные движения с мячом. По команде «Ночь» - замирают не двигаясь

**С/п игра «»Передача мяча**

(ОВД – владение мячом)

Дети стоятся в две колонны, ведущий передает мяч через голову стоящему за ним, последний стоящий в колонне получив мяч, перебегает и встает первым, снова передает мяч.

**М/п игра «Ловкие пальцы»**

(укрепление мышц стопы, профилактика от плоскостопия)

По залу рассыпаются мелкие мячи, играющие собирают мячи только пальцами ног. Подсчитываем количество мячей.

**3 часть. Заключительная.**

Построение, выполнение упражнения на расслабления.

**Рисование на тему «Мой самый красивый мяч»**

## **Литература**

1. Занозина А.Е., Гришанина С.Э. перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6 – 7 лет. - М .: ЛИНКА –ПРЕСС, 2008. – 80 с.
2. Утробина К.К. занимательная физкультура в детском саду для детей 3 – 6 лет. Конспекты занятий и развлечений. Игры и тренинги: Пособие для воспитателей и инструкторов по физической культуре. – М.: Издательство ГНОС и Д, 2005. – 104 с.