**Физкультурный досуг «Весёлый мяч»**

**Цель:**

* создание условий для эмоционального общения детей в различных ситуациях;
* формирование навыков взаимодействия друг с другом;
* воспитание интереса к спорту и здоровому образу жизни.

 **Оборудование:** мольберт, 3 карточки, 2 обруча, большие мячи по кол-ву детей, маленькие мячи, 2 корзины, 2 мяча для фитбола.

На спортивной площадке стоит мольберт с карточками, на которых изображена морковь, яблоко и чеснок. С обратной стороны карточек изображены буквы «М», «Я» и «Ч», в центре площадки разложены мячи по количеству соревнующихся детей.

**Ход:**

**1. Вступительная часть.**

**Карлсон:** Сегодня наши соревнования непростые. Они посвящены одному замечательному предмету. Без него нельзя играть во многие спортивные игры. С помощью этого предмета можно стать ловким, быстрым и сильным. А что это за предмет вы можете узнать если прочитаете слово по первым звукам.

(*На стене висят карточки с картинками, на обратной стороне каждой карточки -буква. Дети называют первую букву из названия предмета, изображенного на картинке, проверяют, перевернув карточки. Получается слово» мяч»)*

**Карлсон:**  Правильно, это мяч. Мячи бывают разные. Назовите, какие бывают мячи.

**Ответы детей:**

**Карлсон:** Правильно.Мячи бывают резиновые, кожаные, маленькие, средние, большие, пластмассовые, специальные мячи для разных игр (баскетбол, футбол, теннис…). Мячи должны быть накачанными, упругими. Давайте их накачаем.

**Дыхательная гимнастика «Насосы»**

**Карлсон:**  Мы сегодня будем играть с различными мячами. Но сначала надо размяться

Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному. Ходьба, бег, корригирующие упражнения.

**2 часть. Общеразвивающие упражнения с большим мячом.**

1) исходное положение – основная стойка, мяч в обеих руках внизу.

1 - 2 - поднять мяч вверх, поднимаясь на носки; 3 - 4 - исходное положение.

2) исходное положение – основная стойка, мяч в согнутых руках перед собой.

1 – поворот вправо, мяч вперёд

2 - исходное положение

3 – поворот влево, мяч вперёд

4 - исходное положение

3) исходное положение – то же. Приседания, мяч выносим вперёд.

4) исходное положение – наклоны вперёд.

5) исходное положение – сидя, ноги врозь. Наклон вперёд.

6) исходное положение - основная стойка, мяч на полу. Прыжки вокруг мяча на двух ногах ( на счёт 1-8), пауза, повторить 2 раза.

Перестроение.

**Карлсон:** А теперь мы разделимся на две команды.

Придумайте название своей команде.

- А теперь приступим к соревнованиям. За каждую выигранную эстафету команде присуждается очко. Выигрывает та команда, которая наберёт больше очков.

I. Метание малого мяча. (тренировка для всех детей).

**Карлсон:** Очко своей команде заработает капитан, который дальше кинет мяч.

Капитаны, выходите. А мы считалкой определим, кто первым начнёт.

**Считалка:** В мяч собрались поиграть,

 Ну кому же начинать?

 1,2,3 – начинаешь ты!

 Очко присуждается команде ….

**II. Эстафета «Поменяй мячи местами»**

(бежать с большим мячом до обруча, в котором лежит маленький мяч, поменять мячи; следующий ребёнок меняет маленький мяч на большой.)

**Карлсон:** Очко присуждается команде ….

**III. Эстафета «Передача мяча»**

**Карлсон:**  Быстро бегать – это всем привычно.

 А сейчас возьмём мы в руки мяч,

 Мастерство оценим передач.

*(Первый ребёнок передаёт мяч между расставленными ногами игроков назад; Последний ребёнок каждой команды бежит с мячом вдоль колонны вперёд, встаёт в начале колонны и также передаёт мяч. И так далее.)*

Очко присуждается команде ….

**IV. «Фитбол»**

(На большом мяче надо пропрыгать всю дистанцию и передать эстафету другому члену команды.)

Очко присуждается команде ….

**Карлсон:**  Ну вот и закончились эстафеты для обеих команд. Но я ещё хочу пригласить наших болельщиков поучаствовать в игре-соревновании «Веселые мячики». (*Приглашаются дети младших групп. Карлсон из большой корзины рассыпает мячики, малыши их собирают по цвету: девочки желтые и красные, мальчики-зеленые и синие.)* Подведём итоги. *(подведение итогов)*

**Карлсон:** Закончились наши соревнования. Но проигравших у нас нет. Все мы стремимся к победе, хотим быть сильными и здоровыми. (*Под веселую музыку дети выходят со спортивной площадки)*