Физкультурное занятие для подготовительной группы

**«Королевство волшебных мячей»**

1. **Тема**: Развитие двигательных способностей.

2. Занятие построено на сюжетно – игровой основе **«Королевство волшебных мячей».**

3.. **Целью**  является развитие двигательных способностей

( силы, гибкости, ловкости, прыгучести)

**Задачи**: 1. Закрепить прыжок в длину с места

2. Развивать силу, ловкость, прыгучесть, гибкость, равновесие

3. Воспитывать смелость, решительность, чувств товарищества, коллективизм.

**Описание урока**

***Подготовительная часть***

1.Построение детей

Ребята, сегодня я расскажу вам про Королевство волшебных мячей. Все в этом королевстве круглое – дома круглые, столы и стулья круглые, даже тгде есть мяч. Вы спросите, почему? Открою вам секрет. В тронном зале этой волшебной страны хранятся пять волшебных мячей. Сила у этих мячей огромная, волшебная. Оберегают они своих жителей от всех болезней. Поэтому никто в королевстве Волшебных мячей не болеет, и все очень любят заниматься спортом и закаляться. Хотите побывать в королевстве Волшебных мячей?

Вот мы и прибыли в Королевство волшебных мячей.  
  
На нас напала злая Простудиха.  
Волшебные мячи раскидала лихо,  
Своими чарами нас околдовала,  
Веселья и здоровья в королевстве не стало.  
(Чихает)  
Что же делать, ребята? Жители Королевства волшебных мячей теперь будут болеть, не смогут заниматься спортом и играть в свои любимые игры с мячом. Надо бы им помочь. Не грусти, Веселинка. Мы с ребятами отыщем волшебные мячи, куда бы они ни закатились. И все в вашем королевстве снова будут здоровыми и веселыми.

Кто в королевстве весел и здоров?  
Кто не боится простуд и сквозняков?

Однажды к нам мяч занес ураган,  
Но просто так я его не отдам.  
Награду получит лишь смелый и ловкий.  
Себя покажите в моей тренировке.

**ИГРЫ-ЭСТАФЕТЫ**

1. **Передай мяч поверху.**Для этой и последующих двух эстафет необходимо собрать 2 команды и построить их в две колонны, на небольшом расстоянии друг от друга. Ноги чуть шире плеч. Руки вверху. Мяч у капитанов команды. По команде ведущего участники передают мяч поверху. Как только мяч попадет к участнику, стоящему последним, задание меняется. Теперь нужно передавать мяч из рук в руки понизу. Катить мяч по полу запрещено правилами. Побеждает та команда, у капитана которой раньше окажется мяч.

**2.Передай мяч сбоку.**

**С моим заданием справились ловко,  
Вам помогла моя тренировка.  
Волшебный мяч скорее берите  
И в дальний путь с ним поспешите!**

С сильным противником встретиться рады,  
Волшебный мяч получите в награду.

Волшебный мяч не отдам никому.  
Такая редкость нужна самому.  
Что вы можете мне предложить?  
Попробуйте ловкостью меня удивить

**ИГРА-ЭСТАФЕТА “ВЕСЕЛЫЙ МЯЧ”**Для эстафеты набрать две команды. В одну сторону участники двигаются на четвереньках, толкая мяч головой (руками не помогать). Докатив мяч до конуса, передать следующему участнику, прокатив мяч по полу.  
  
**Загадка:** Попадал.  
Мяч, конечно, я отдам.  
Но придется потрудиться вам.  
Надо в игры поиграть  
И загадки отгадать.  
Отгадайте-ка, ребятки,  
Про игры с мячом загадки.  
  
1. Бросают мячик через сетку,  
Забить стараются все гол.  
И ловким нужно быть и метким  
В игре с названьем... (волейбол)  
  
2. Быстрее ветра игрок несется  
И мяч в воротах, значит - гол!  
И знает каждый, что зовется  
Игра спортивная... (футбол)  
  
3. Мяча веденье, передача,  
Противников игрок всех обошел,  
И мяч в корзине - вот удача  
Название игре той... (баскетбол).  
  
**ИГРЫ-ЭСТАФЕТЫ**

1. **“Гори-гори ясно” с мячом.**Участники игры встают в круг. Ребенок-ведущий с мячом в руках - за кругом. Дети и ведущий идут противоходом, произнося слова:  
   “Гори-гори ясно,  
   Чтобы не погасло.  
   Глянь на небо,  
   Птички летят,  
   Колокольчики звенят!”  
   После этих слов ведущий незаметно кладет мяч за кем-нибудь из игроков. Все дети считают: “Раз, два, три! Беги!” Ведущий и участник, около которого был положен мяч, бегут вокруг круга в разные стороны. Тот, кто первым оббежал и занял место в кругу, победил. Второй же игрок становится ведущим.

**ИГРА-ЭСТАФЕТА “ПОЛЕТ НА ЯДРЕ”**Построить для игры две команды. В одну сторону игроки передвигаются прыжками, с мячом, зажатым между колен. Обратно – взять мяч в руки и вернуться бегом. Победит та команда, которая первой справится с заданием.  
  
Королевство от болезней  
И простуды вы спасли,  
И волшебный мяч последний  
В королевство принесли!  
Наконец-то вижу я радостные лица!  
Так давайте же теперь будем веселиться!

Чтобы быть здоровее,  
Принимайте витамины скорее.  
Получите витаминки –  
Оранжевые апельсинки.  
  
*Учитель раздает всем детям апельсины.*