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.*