

## Конспект занятия по физической культуре

### в старшей группе

#### «Мой веселый, звонкий мяч»

**Цель:** Продолжать формировать двигательные умения и навыки движений с мячом.

**Задачи:**

1. Способствовать удовлетворению потребности в движении. Обогащать двигательно-игровой опыт детей.
2. Тренировать мелкую моторику рук в упражнениях с мячом.
3. Развивать ловкость, внимание, находчивость, быстроту реакции.
4. Вызвать интерес к играм и упражнениям с мячом, воспитывать организованность, самостоятельность в двигательной деятельности, настойчивость.

**Оборудование:** иллюстрации из истории мяча и разнообразии их в наше время, мячи «Ёжики» (массажные) по количеству детей; 2 фитбола; резиновые мячи среднего диаметра по количеству детей, газеты, 2 клюшки, мячи малые по количеству детей, 2 мяча среднего диаметра.

#### Ход занятия

- Ребята, вы любите играть? А во что? Я загадаю загадку об одной из любимых игрушек детей.

Любого ударишь он злиться и плачет,

А этого стукнешь, от радости скачет (*Мяч*)

Современные мячи различаются по размерам и назначению. Они используются в различных видах спорта. Какие виды спорта с использованием мяча вы знаете? Мяч не всегда выглядел так, каким вы видите его сейчас. Резиновым, упругим и прочным он стал не так давно. История не знает ни точного места, ни времени возникновения мяча и игр с мячом. Известно лишь, что мяч возник в глубокой древности

В Африке на берегу реки Нил с незапамятных времён живут жуки-скарабеи. Те, что скатывают земляные шарики. Может это, у скарабеев за 5 тысяч лет до нашей эры люди научились лепить шары из нильского ила?..

Сначала его плели из травы, пальмовых листьев, изготавливали из плодов деревьев, шерсти животных, шили из шкур животных, скручивали из тряпок, вырезали из дерева, шили из кожи, набивая травой, опилками и другим подобным материалом. *(Показ иллюстраций с мячами)*

*(Показ мягкого мяча)* Ребята как вы думаете, из чего сделан этот мяч? *(ответы детей)* Раньше шили мячи из мягких подушек, а внутрь вкладывали камушки, завернутые в бересту - получался одновременно и мячик, и погремушка. Кстати, слово «мяч» связано со словами «мягкий, мякоть, мякиш». То есть мяч - это мягкий шар. Вот таким мячом играли в старину крестьянские дети. А сколько разных забав, игр и развлечений они придумывали с этим мячом. Сейчас мы попробуем выполнить некоторые из упражнений.

### Общеразвивающие упражнения с малым мячом

1	Жили-были дед и баба на поляне у реки.	И.П. - о.с., мяч за спиной.	Наклоны головы вправо и влево.
2	И любили очень-	И.П. – полуприсядь, мяч	Передать мяч из одной

	очень на сметане колобки.	за спиной.	руки в другую и обратно.
3	Хоть у бабки мало силы, тесто бабка замесила.	И.П. - о.с., мяч за спиной.	Присесть – мяч вперед.
4	Ну а бабушкина внучка колобка катала в ручках.	И.П. - стоя на коленях, мяч на полу.	Присесть, катать мяч между ладоней (вперед, вправо, влево и т.д.)
5	Вышел ровный, вышел гладкий, не соленый и не сладкий.	И.П. - сед, ноги врозь, мяч внизу.	Положить мяч вправо – положить мяч вперед, положить мяч влево – наклониться вперед.
6	Очень круглый, очень вкусный, даже есть его мне грустно.	И.П. - то же.	Подбросить мяч и поймать его.
7	Мышка серая бежала, колобочек увидела. Ой, как пахнет колобочек! Дайте мышке хоть кусочек!	И.П. - о.с., мяч на полу.	Бег 3 раза вокруг мяча в чередовании с ходьбой на месте.



А теперь мы с вами поиграем с таким мячом.

1. «Кто быстрее» две команды. Один участник из команды раскладывает мячи, другой - собирает. Какая команда быстрее справится.



- Мяч - любимая игрушка не только детей, но и взрослых (*отбивая мяч говорю стихотворение*).

Мой веселый, звонкий мяч,

Ты куда помчался вскачь?

Красный, синий, голубой

Не угнаться за тобой.

- А из какого материала сделан этот мяч? (*резина*)

Один известный мореплаватель Колумб причалил свой корабль к неизвестной ему стране. Моряки сошли на берег и увидели, как местные жители играют круглым черным предметом. Они удивились, как высоко взлетал мяч над землей. Местные жители повели гостей в рощу, где росли высокие деревья. Они надрезали кору, по стволу потекла белая, густая жидкость-смола. В ней «выкупали» свои шитые мячи, которые затем на воздухе затвердели и темнели. Эта смола называлась – каучук, это и есть резина. Вот так появились резиновые мячи, которые научились высоко прыгать и стали очень популярны.

Давайте и мы поиграем с ними.

2. «Отбей» необходимо продвигаясь вперед, отбивая весте мяч одной рукой до ориентира, назад вернуться бегом с мячом в руках.



- Ребята, а вы знаете, как называется мяч большого размера? (*фитбол*)

Он появился совсем недавно и упражнения с ним очень полезны для здоровья.

### 3. Прыжки на фитболах



- Знаете ли вы ребята, что от игры с мячом случаются и неприятности, если забыть правила безопасности:

- Как приучить мяч быть послушным?



1. Не играйте с мячом возле стеклянных окон, витрин магазинов. Почему? Мяч может их разбить.

2. Не играйте с мячом возле проезжей части дороги. Почему? Мяч может выкатиться под колёса проезжающей машины, вызвать аварию. И конечно, ни в коем случае нельзя выбегать за мячом на дорогу!

- А скажите, как вы поступите, если вам очень захочется поиграть с друзьями в мяч, а его поблизости не окажется? *(ответы детей)*

Мяч можно сделать из старых газет, бумаги. Хотите попробовать?

*(Дети сминают газету, придавая ей форму мяча)* Вот сейчас мы с ними и поиграем.



4. «Забей гол» с помощью клюшки провести мяч до ворот и забить гол



- А вот необычные мячи. На кого они похожи (*на ежиков*). Я знаю стишок про ежика. Давайте его расскажем и покажем.

Проводится логоритмическое упражнение (*дети выполняют движения с массажными мячами по тексту, сидя*):

Ежик, ежик – чудачек, сшил колючий пиджачок (*прокатывать мяч в ладонях вперед-назад*).

Встал с утра, и в лес – гулять, (*поднять руки вверх*)

Чтоб друзей всех повидать, (*перебирать мяч пальцами, опуская медленно руки вниз*).

Ежик топал по тропинке (*постучать мячом по полу*).

И грибочек нес на спинке (*завести руки с мячом за голову, покатавать мяч по шее*).

Ежик топал не спеша, тихо листьями шурша (*прокатить мяч по ногам до пальцев, медленно наклоняясь вперед*).

А на встречу скачет заяка, длинноухий Попрыгайка (*подбросить и поймать мяч*).

В огороде чьем–то ловко раздобыл косой морковку (*завести руки за спину, спрятать мяч*).



Сегодня мы познакомились с разными мячами. А знаете, что вы сами с мамами и бабушками можете сшить мяч? Это совсем не сложно. Нужно вырезать из ткани два одинаковых круга и полоску, сшить детали, оставив отверстие для набивания. Чем набивать мяч вы уже знаете, после этого его можно украсить лентами, бусинами.

**Свои сшитые мячи фотографируйте, и мы придумаем с ними новые интересные игры и эстафеты.**