

## Спортивное развлечение для детей среднего возраста

### "Мой весёлый, звонкий мяч!"

Воспитателями группы проводилась предварительная беседа с детьми о назначении мячей в разных видах спорта

Континент: дети среднего возраста

Место проведения: спортивный зал ДОУ

Время проведения: 11.02.2019

Инвентарь: 2 мяча для настольного тенниса, 2 массажных мяча, 2 футбольных мяча, 2 баскетбольных мяча, 2 фитбола, резиновые мячи по количеству детей, 2 стойки, 2 гимнастические палки, 2 обруча, 2 миниворот для футбола, 2 баскетбольных кольца, 2 дуги.

Цель: Приобщение дошкольников к основам здорового образа жизни.

Задачи:

- Формировать у детей навыки "правильной" осанки.
- Закреплять умения владения мячом в игровых ситуациях.
- Развивать координационные способности дошкольников.
- Воспитывать добросовестное отношение к выполнению упражнений.

Ход развлечения:

Дети заходят в спортивный зал, строятся в шеренгу у ортопедической стены, проверка "правильной" осанки, приветствие. Перестроение в колонну, разные виды ходьбы с разным положением рук. Игра "Иголочка и ниточка", ходьба, упражнения для восстановления ЧСС, ЧД, перестроение в 2 шеренги. ОРУ с резиновыми мячами.

Перестроение в 2 колонны

- 1) Упражнение с мячом для настольного тенниса "Ветерок". Мяч на полу перед ребёнком, ребёнок в и. п. на низких четвереньках. За счёт выполнения выдоха прокатить мяч под дугой, проползти самому, затем поднять мяч и бегом вернуться обратно.
- 2) Упражнение с массажным мячиком "Доведи ежика до домика". Ведение мяча до стойки и обратно, проталкивая мяч перед собой гимнастической палкой.
- 3) Упражнение с футбольным мячом "Попади в ворота". Футбольное ведение мяча с забиванием гола в ворота.

- 4) Упражнение с баскетбольным мячом "Забрось мяч в баскетбольное кольцо".
- 5) Упражнение с фитболом "Снежный ком". Прокатить фитбол до стойки и обратно.
- 6) Игра "Лиса и колобок"

Упражнение на расслабление, подведение итогов.