



# В городе мячей

**физкультурный досуг  
в старшей группе**



**Инструктор по физической культуре:  
Капусткина Татьяна Тимофеевна**

**Цель:** учить элементарным действиям с мячом. Развивать игровые и коммуникативные навыки, двигательную активность.



**Оборудование:** гимнастические мячи, малые цветные обручи, массажные мячи «ёжик» - по 12 – 14 штук. Мячи (футбольный, волейбольный, баскетбольный, теннисный, хопп). Малые пластмассовые мячи 30 – 40 штук. Мягкие большие модули.






**Звучит аудиозапись весёлой музыки.**

*Дети входят в зал.*

**Инструктор по физической культуре (далее ИПФК):**

 **Здравствуйте, дети! Приглашаю вас совершить путешествие по сказочному Городу мячей. Мы отправимся туда на машинах.**

*Дети берут малые обручи – рули, под музыку имитируют движения: заливают бензин, заводят машины. Затем бегут в колонне по одному (1 мин.)*

*(ИПФК подводит их к стене, возле которой лежат гимнастические мячи).*





**ИПФК:** Вот мы и приехали в Город мячей! Здесь живут разные мячи: большие и средние и совсем маленькие.

**\*** По <sup>\*</sup>улицам двигаются мячи-автобусы и мячи-троллейбусы. Приглашаю вас на экскурсию по городу!



*Дети берут гимнастические мячи и катят их двумя руками в любом направлении.*



**ИПФК:** Мой мяч поднялся вверх, выглянул в окошко и решил превратиться в солнышко. А ваши мячи пускай станут тучками.







# Упражнение «Солнышко и тучки»



**ИПФК:**



Тучи по небу ходили,  
Солнце красное ловили.  
А мы солнышко поймаем,  
А мы солнышко догоним.

*Инструктор поднимает свой мяч вверх  
и бежит по залу.*

*Дети с мячами в руках пытаются его догнать.*

# Упражнение «Пингвины»

**ИПФК:** А теперь превратимся в пингвинов!



*Дети зажимают мячи между коленей и идут по кругу.*

*Затем складывают гимнастические мячи у стены.*



*Инструктор подводит их к модулю с массажными мячами.*

**ИПФК:** А ещё в этом городе живут не совсем обычные мячи – массажные. Почувствуйте, как они побегут по вашему телу.



## **Игра – массаж «Ёжик»**

*Дети по показу массируют разные части тела мячом «ёжик».*

*Затем кладут массажные мячи на модуль.*



*Инструктор подводит детей к модулю с мячом-хоппом.*

**ИПФК:** Посмотрите, ребята, какой огромный мяч!  
Какого он цвета?

Дети : Жёлтого!

**ИПФК:** Верно, а на что он похож?

Дети: На солнышко!

**ИПФК:** Ну, что ж, может быть, и так. А теперь представьте, что это не просто мяч, а Колобок. От бабушки ушёл и от дедушки ушёл. Покатился по дорожке и прикатился к Саше, а от Саши покатился к Соне.



*Дети стоят по кругу и катают мяч друг другу.*



*Затем вместе с инструктором подходят к корзине с малыми пластмассовыми цветными мячами.*



**ИПФК:** *Посмотрите, какие мячи-капельки. Мне кажется, они чем-то опечалены. Давайте все вместе развеселим их!*



*ети танцуют под быструю музыку, повторяя движения за инструктором.*







**ИПФК:** Спасибо вам, ребята! Развеселились мячики и решили поиграть с вами.



## Упражнение «Салют»

*Дети берут по мячу и по сигналу инструктора несколько раз подбрасывают их вверх.*



**ИПФК:** Наше путешествие подошло к концу. Я заметила, что в Городе мячей жители такие же дружные и ловкие, как вы.



*Дети прощаются с городом мячей и выходят из зала.*







Спасибо за внимание!!!

