



физкультурный досуг в старшей группе

> Инструктор по физической культуре: Капусткина Татьяна Тимофеевна

<u>Цель</u>: учить элементарным действиям с мячом. Развивать игровые и коммуникативные навыки,

двигательную активность.









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 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!



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 тепера представьте, что это не просто мяч, а Колобок. От 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 й по сигналу инструктора несколько раз подбрасывают их вверх.

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

Дети прощаются с городом мячей и выходят из зала.



1033 BHVIII 3HVR



