**Спортивное развлечение в старшей группе**

**«Веселый мяч»**

Цель: развитие умения играть в мяч.

Задачи: упражнять детей в навыках владения мячом из разных исходных положениях;

развивать ловкость, выносливость;

совершенствовать двигательные умения и навыки;

воспитывать умение играть в команде.

**Ход мероприятия**

**Инструктор:** Головою и ногами,  
 Клюшкой по траве катают,  
 В сетку и кольцо кидают,  
 Вверх взлетает птицей вольной  
 И ему совсем не больно.  
 В лоб ударит, ты не плачь.  
 Называется он… (Мяч)

Ребята, я приглашаю вас отправиться в  **веселую страну мячей**. Готовы! Тогда в путь.

Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба и бег чередуются. Перестроение в две колонны.

**О. Р. У. с маленьким мячом**

|  |  |
| --- | --- |
| И. п. — о. с., мяч в правой руке.  1 — руки вперед, переложить мяч в левую руку;  2 — переложить мяч в правую руку за спиной; 3 — руки вперед;  4 — и.п., мяч в правой руке | (6-8 раз) |
| И. п. — стойка ноги на ширине плеч, мяч в правой руке.  1 — наклон вперед;  2—3 — прокатить мяч вокруг левой ноги;  4 — выпрямиться, вернуться в и.п., мяч в левой руке. То же вокруг правой ноги | (6 раз) |
| И.п. —стойка на коленях, сидя на пятках, мяч в правой руке.  1—2 — наклониться вправо и прокатить мяч как можно дальше от себя;  3—4 — и. п. То же влево | (3 раза в каждую сторону) |
| И. п. — лежа на спине, руки за голову, мяч в правой руке.  1 — поднять левую ногу вперед-вверх, коснуться мячом левого носка;  2 — и. п., мяч в левой руке. То же к правой ноге | (8 раз) |
| И. п. — о. с., мяч в правой руке. Прыжки на двух ногах кругом с поворотом в правую и левую сторону попеременно | (2—3 раза вкаждую сторону). |

**Инструктор:** Посмотрите, сколько мячей, и какие они разные. Нас ждут веселые эстафеты с этими мячами.

**Эстафета: «Бег с мячом» (с пляжным мячом)**

Первый участник команды обегает поворотную стойку и передает мяч следующему игроку и т.д. Чья команда первой закончит эстафету, та и победила.

**Эстафета: «Передача мяча над головой» (с большим мячом)**

Дети стоят в колоннах друг за другом, руки над головой. По сигналу дети передают мяч над головой друг другу, как только мяч попадает к последнему участнику, команда выигрывает.

**Эстафета: «Прокати мяч» (с большим мячом)**

Команды стоят в исходном положении ноги врозь друг за другом. Впереди стоящий прокатывает назад мяч, последний поднимает мяч и бежит с мячом вперед и т.д. Выигрывает команда, когда первый участник снова будет стоять первым.

**Эстафета: «Попрыгунчики» (хоппы)**

Участники по очереди прыгают на мяче до фишки и обратно, передает мяч следующему. Чья команда закончит первой эстафету, та и победила.

**Эстафета «Меткий стрелок» (мягкие мячи)**

Перед командами стоят корзины. Участники по очереди забрасывают мячики в корзинку. Побеждает команда, в корзине которой больше мячей.

**Инструктор:** Наше путешествие подошло к концу, мы говорим до свидания всем нашим любимым мячам и возвращаемся в группу.