Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение

Детский сад № 4 «Дюймовочка» Ирбейского района Красноярского края

Конспект занятия по дополнительному образованию:

**«Летящий мяч»** для старшей разновозрастной группы.

Выполнил: инструктор по физической культуре

Киреева Татьяна Владимировна

2023г.

**Цель:** повышение интереса детей к занятиям физической культурой и спортом в процессе действий с мячом.

**Задачи:**

- содействовать гармоничному физическому развитию;

- совершенствовать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча, умение применять их в игровой ситуации.

- воспитывать инициативность, организованность, чувство коллективизма.

**Методы:** словесные, наглядные, практические.

**Оборудование:**  мячи по количеству детей,  малые набивные мячи 6 штук, бубен.

**Место проведения**: спортивный зал.

**1 часть. Вводная**

*Вход детей в зал.*

Построение в шеренгу: - Группа, в одну шеренгу становись, равняйсь! Смирно! (командует направляющий).

Ребята, отгадайте загадку:

Он бывает баскетбольный,

Волейбольный и футбольный.

С ним играют во дворе,

Интересно с ним в игре.

Скачет, скачет, скачет, скачет!

Ну конечно, это... (мячик).

 Ребята, продолжаются наши тренировки с мячом, давайте вспомним и  закрепим умения, навыки владения  с  мячом.

Чтобы наша тренировка была интересной, увлекательной и безопасной, будьте внимательны и осторожны, помогайте друг другу, соблюдайте технику безопасности. Как обычно, занятие начнем с разминки.

-Направо! Равнение в затылок, держим дистанцию. Шагом марш!

Руки в замок перед собой, выполняем круговые движения руками…волнообразные движения.

- Ходьба на носочках, пятках по счет 1-2,3-4.

- Ходьба: пятки вместе-носки врозь.

- Ходьба: носки вместе-пятки врозь.

 - Ходьба с высоким подниманием колен, руки прямые. При ходьбе, стараемся носочек оттягивать вниз.

-  Бегом марш! Легкий бег!

-Бег Змейкой! Обычный бег!

 - Правым боком – одна нога догоняет другую.

-Левым боком!

- Бег спиной вперед!

- Медленный бег!

- Ходьба в одной колонне. За направляющим шагом марш. Восстанавливаем дыхание самостоятельно.

- Перестроение в 2 колонны. Через середину- поворотом налево, парами марш! Не забывайте размыкаться на безопасное расстояние. Группа сомкнись! В одну колону, налево направляющим . Шагом марш! По ходу движения берем баскетбольные мячи.

 Ходьба в колонне по одному.

**2 часть. Основная**

**ОРУ с мячом в движении по кругу.**

1. « Крутим мяч».

 Инструктор: Руки согнуты, смотрим на мяч. Проворачиваем его в руках, чтобы он переливался в лучах солнца.

2 « Перекладываем за спиной, перед собой».

3. «Ведение мяча одной рукой» к центру зала и обратно.

4. «Бросок вверх - об пол- ловля», смена направления движения.

5. « Подбрось - поймай» на счет «5».

Ходьба в колонну по одному, сдача мячей.

 Перестроение в шеренгу.  Расчет на 1-2. Деление на пары.

**Работа в парах** (первые номера берут большой мяч).

1.Передача мяча друг другу снизу, 10 раз (дети считают сами).

2. Передача мяча двумя руками от груди с отскока от пола.

3. Передача мяча любым способом, после броска - шаг назад (инструктор считает до 10).

5. Прокатывание мяча ногой, товарищ останавливает мяч тоже ногой.

(Вторые номера меняют мячи на малые набивные).

6. «Мы идем, мячи несем». Первые номера за линией, вторые несут мяч к первым со словами: «Мы идем, мячи несем! Вы мячи берите, за нами не бегите! С МЕСТА!». Вторые номера убегают на противоположную площадку, первые пытаются мячом в них попасть.

**Работа в командах** (футбольные мячи).

1. «Мяч капитану». Капитан стоит напротив команды, в 5-6 шагах. Бросает первому мяч, тот ловит, бросает обратно, убегает на последний номер. Чья команда «ошибается», та проигрывает.
2. «Перебрось-убеги». Команды делятся пополам, становятся на расстоянии 3 метров, в колонны и перебрасывают мяч товарищам напротив, убегают на последний номер.
3. «Передай-прокати». Команда стоит в колонне, по сигналу, капитан передает мяч над головой, обратно от замыкающего участники прокатывают под ногами направляющему.

**Игра «Ловишка с мячом».** Дети стоят в кругу, передают мяч из рук в руки, произнося: «123-мяч скорей бери! 456-вот он, он здесь! 789-бросай, кто умеет. Последний, к кому попал мяч, говорит: «Я», выходит в середину и стареется «осалить» кого-либо (игра повторяется 5-6 раз).

1. **Часть. Заключительная**

Внимание, за направляющим в одну шеренгу, стройся! Направо, раз-два!

Дыхательная гимнастика: «Надуй воздушный шар». На счет три, дети имитируют надувание мяча, встают на носки и «отпускают» его.

Построение в круг. Дети присели, как удобно.

Рефлексия. Что понравилось на занятии? В чем испытывали трудности?