**Спортивный досуг**

**«Красный, желтый, голубой, не умчаться за тобой!»**

**Цель:** создание положительных эмоций у детей, привлечение детей к активному участию в играх с мячами.

**Задачи:** познакомить детей с играми с мячом; укреплять разные группы мышц при упражнениях с мячом, развивать ловкость и глазомер при катании мяча. Закрепить умение действовать по сигналу; развивать ловкость, выдержку, быстроту реакции.  
Воспитывать умение слышать и выполнять команды, воспитывать дружелюбие, чувство взаимовыручки и командного духа.

**Ход досуга:**

**Инструктор :** Ребята, отгадайте загадку:  
Лёгкий, звонкий и упругий,  
Круглый, словно колобок.  
С ним приятно на досуге.  
Он, как зайка, прыг да скок.  
С удовольствием играет  
С ним и девочка, и мальчик.  
Каждый сразу отгадает-  
Ну, конечно, это. (мячик)  
**Инструктор:** Сегодня мы с вами все занятие будем играть с мячами!  
А сейчас берем в руки мячики и выполним с ними упражнения.  
  
**Игровые упражнения с мячом.**  
Ходьба в колонне по одному с мячом в руках  
Ходьба на носках, руки с мячом поднять вверх  
Бег с мячом в руках  
**ОРУ с мячом.**  
1. И. п.: ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу; поднять мяч вперед, вверх, посмотреть на него, опустить вперед-вниз, вернуться в исходное положение;  
2. И. п.: ноги на ширине плеч, отвести мяч в сторону, в другую, вернуться в исходное положение;  
3. И. п.: сидя на пятках, мяч в обеих руках перед собой; подняться в стойку на коленях, мяч вверх, вернуться в исходное положение;  
4. И. п.: сидя, ноги врозь, мяч перед собой. Поднять мяч вверх, наклониться, коснуться мячом пола как можно дальше, выпрямиться, вернуться в исходное положение;  
5. И. п.: стоя, ноги вместе. Прыжки на месте, мяч в руках у груди.

**Игра «Соберите мячи по цвету».**  
*Мячи разного цвета в корзине. Нужно разложить их в ведерки такого же цвета.*

**Инструктор:** Мой веселый звонкий мяч,  
Ты куда пустился вскачь?  
Синий, красный, голубой –  
Не угнаться за тобой.

**Эстафета «Поменяй мяч местами».**  
*Бежать с большим мячом до корзины, где лежит маленький. Поменять мячи. Следующий игрок меняет маленький мяч на большой.*

**Игра «Передай мяч».**  
*Первый ребенок передаёт мяч через голову назад себя следующему участнику и так до конца команды, последний с мячом бежит и встаёт впереди.*

**Упражнение «Катим мячик друг другу»**  
*Дети садятся в парах друг напротив друга, ноги врозь, катают мячи друг другу.*

**Инструктор:** На спортивную площадку  
Мяч весёлый нас позвал,  
Чтобы каждый с ним сдружился  
И сильней, и крепче стал.  
  
**Игра «Меткий стрелок».**  
*Нужно забросить мяч в контейнер определенного цвета.*

**Игра средней подвижности «Мой мяч»**  
*Дети выстраиваются в круг и передают большой мяч друг другу по кругу, воспитатель проговаривает слова:  
Ты катись, веселый мячик,  
Быстро – быстро по рукам,  
У кого остановился,  
Тот подпрыгивает сам!  
Тот ребенок, у кого мяч оказался в руках, выходит в центр круга и подпрыгивает на двух ногах, остальные дети хлопают в ладоши.*

**Танец с мячами.**

**Воспитатель:** Мячик с нами поиграл ,  
Но вдруг прыгать он устал!  
Но мы с ним не прощаемся,  
Еще с ним повстречаемся.