**Совместный досуг с родителями**

**«ОЧЕНЬ ВАЖНАЯ ИГРУШКА – МЯЧ»**

Цель:

Развитие стремления детей разнообразно использовать мяч в играх и физкультурных упражнениях.

Задачи:

1. Закреплять полученные знания детей о разных видах мячей и их применении в спорте.

2.Создать условия для эмоционального общения детей и взрослых в различных ситуациях, формировать навыки взаимодействия друг с другом.

3.Воспитывать интерес к спорту и здоровому образу жизни.

ХОД:

**1. Вступительная часть.**

- Ребята, давайте поздороваемся с гостями.

Сегодня наши соревнования непростые. Они посвящены одному замечательному предмету. Без него нельзя играть во многие спортивные игры. С помощью этого предмета можно стать ловким, быстрым и сильным.

Правильно, это мяч. Мячи бывают разные. Назовите, какие бывают мячи. (ответы детей).

Мячи бывают резиновые, кожаные, маленькие, средние, большие, пластмассовые, специальные мячи для разных игр (баскетбол, футбол, теннис…). Мячи должны быть накачанными, упругими. Давайте их накачаем.

**Дыхательная гимнастика «Насосы»**

Ведущий: Мы сегодня будем играть с различными мячами.

Но сначала надо размяться.

Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному. Ходьба, бег, корригирующие упражнения.

«Для чего нужны мячи?"

"Мяч – мой друг"

«Разные мячи – для разных игр»

- Откуда взялся мяч? “….

Мяч придумали очень давно, он встречается у всех народов мира. На Руси мячи изготавливали чаще всего из ткани, из овечьей шерсти, из лыка ремешков, сделанных из коры липы, березы или ивы. Чуть позже появились мячи из кожи и резины и играли в них только дети богатых семей…”.

- Какой мяч прыгнет выше?  
- Что будет, если одновременно бросить в цель бумажные мячи?  
- Почему с кожаными мячами плавать опасно?  
- Какие упражнения можно выполнять с разными видами мячей и какую пользу здоровью они приносят?

Бьют его. А он не злится.  
Он поет и веселится.

Потому что без битья

Нет для мячика житья.  
  
Скачет **мячик** прыг да скок,  
Скачет мячик на порог.  
Скачет десять раз подряд  
От ладошки и назад.  
  
Что такое, что за шум?  
Скачет **мячик**: бум-бум-бум!  
Прыг-прыг-прыг и скок-скок-скок,

Укатился под кусток.   
  
**Мячик** прыгает – резвится!  
Как ему остановиться?  
Только руки опустил-  
И мой мячик загрустил!

Прыг-скок, прыг-скок  
Я, хотя и невысок,  
Но зато прыгучий.  
И со страшной кручи  
Покачусь я вскачь!  
Я ведь круглый **мяч!**

А сейчас начинаем наш праздник.

Круглый, мягкий, полосатый  
Нравится он всем ребятам  
Может долго он скакать  
И совсем не уставать.  
На пол бросишь ты его –   
Он подпрыгнет высоко  
Скучно не бывает с ним  
Мы играть в него хотим.

Ведущий: Чтобы гости не скучали  
 Праздник надо продолжать.  
 Мячик новый есть у нас,   
 Мы играем целый час,  
 Я бросаю – ты поймай,  
 А уронишь – поднимай.

**Эстафета-разминка «Передача мяча»**

Быстро бегать – это всем привычно.

А сейчас возьмём мы в руки мяч,

Мастерство оценим передач.

Приглашаю и детей и взрослых размяться.

Первый из команды передаёт мяч между расставленными ногами игроков назад;

Последний каждой команды бежит с мячом вдоль колонны вперёд, встаёт в начале колонны и также передаёт мяч. И так далее.

**1. “Попади в обруч”**

*/Ребенок забрасывает мяч в обруч, который держит взрослый/*

**2. Подвижная игра “Ловишка с мячом”**

*/Площадка заранее ограничивается ориентирами. Выбирается водящий. Он становится в центр круга, держит в руках мяч и произносит слова “Раз, два, три от мяча скорей беги!”. Водящий старается попасть в убегающих мячом/*

**Ведущая:**Мы немного поиграли, а теперь пора и отдохнуть.

Предлагаем вашему вниманию загадки:

Стукнешь о стену – я отскачу.  
Бросишь на землю – я подскачу.  
Я из ладони в ладонь лечу –   
Смирно лежать я никак не хочу! (*Мяч)*

Бросаю мячик через сетку,  
Забить стараются все гол.  
И ловким нужно быть и метким  
В игре с названьем… (*Волейбол)*

Быстрее ветра игрок несется  
И мяч в воротах, значит – гол!  
И знает каждый, что зовется  
Игра спортивная … *(Футбол*)

Мальчики показывают навыки ведения и передачи мяча одной ногой.

Мяча введенье, передача,  
Противников игрок всех обошел,  
И мяч в корзине – вот удача  
Название игре той… *(Баскетбол)*

Дети показывают навыки ведения мяча - бескетбольный вариант и метание его в баскетбольную корзину.

**3. “Волшебные воротики”**

*/Дети и родители прокатывают мячи в воротики/*

**4. Подвижная игра “Собери мячи”**

*/Родители и дети собирают мячи по размеру, цвету, под музыкальное сопровождение/*

**5. Медицинбол - мяч весом 1 кг.**

Это такой специальный мяч для занятия лечебной физкультурой. Мяч, набивной, без отскока от поверхности. Обычно с ним делают разнообразные маховые движения и перебрасывают друг другу.  
В спорте используется при восстановлении подвижности суставов и тонуса мышц после травм, а также в различных имитационных движениях всевозможных бросков и толчков, в качестве дополнительного отягощения при занятиях ОФП.

Мы используем такой мяч в детском саду для определения силы плечевого пояса у ребенка.

**-Метание медицинбол мяча - тренировка для всех детей и для родителей.** Встать ноги врозь, отвести мяч за голову и бросить как можно дальше вперед.

**-«Кто больше собьёт кеглей медицинболом?»** - участвуют обе команды.

**6. Мяч через сетку (веревку).**

Дети становятся на одной стороне сетки (веревки) на расстоянии 1, 5 м (сетка натянута на высоте несколько выше поднятых вверх рук), родители встают на другой стороне площадки. Они перебрасывают мяч через сетку друг другу разными способами: из-за головы или снизу от себя. На какой стороне мячей оказалось меньше, та сторона выиграла.

**7. Мячик теннисный - самый маленький. Этим мячом играют в настольный теннис.**

Эстафета «Перенеси мяч на ложке». Участвуют команда детей и команда родителей.

**Ведущая:**Есть у нас еще один, очень интересный мяч – Именинник

### Игра с мячом-пуфом “Именинник”

***/****Под веселую музыку дети двигаются по кругу, по сигналу кто быстрее займет мяч – ПУФ/*

**Ведущая:** Что это за мяч появился у нас на празднике. Да он еще и не простой. Да это Мяч - Сюрприз. Сейчас мы посмотрим, что там внутри.

*/дети заглядывают в мяч-сюрприз, видят сладкие призы/*

Дети угощают родителей.

**Ведущая:** На этом наш праздник закончен.

"Мяч – мой друг"

"Мяч – твой друг"

"Мяч – наш друг"

Почаще играйте в мяч с детьми. Здоровья вам и удачи!