**"В гости к бабушке - забавушке"**

**Программное содержание:**

Учить детей прыжкам из обруча в обруч.

Закреплять навык ползания по ограниченной площади опоры на четвереньках.

Закреплять навык ходьбы по ограниченной площади опоры

Закреплять умение выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног.

Развивать умение выполнять ведущую роль в подвижной игре «Кот и мыши», осознанно относиться к выполнению правил игры.

Привлекать детей к оказанию помощи взрослым (уборка инвентаря).

Поддерживать самостоятельность, интерес к действию.

**Предшествующая работа:**

**Материал:** скамейка, валики, 3 обруча, тоннель, бабушка – забавушка, сюрприз для детей.

 ХОД ЗАНЯТИЯ:

Инструктор: Ребята сегодня я вас приглашаю в гости в деревню к бабушке –забавушке!

Лады, лады, ладушки,

 Едем в гости к бабушке.

 К нашей милой бабушке,

 Бабушке-Забавушке.

 Едут к ней ребятки

 Милые внучатки.

Сегодня вы у меня будете все внучатками. Вы согласны? Да! Тогда отправляемся в наше с вами путешествие.

Ходьба в колонне по одному.

Инструктор: Я у бабушки видела козлят, идут головой качают, рожками бодают.

Идут, поднимают высоко колени, руки на поясе. Обычная ходьба

Инструктор: А еще у нашей бабушке живет кошечка. Кошка очень хороша, Ходит мягко, не спеша.

 Идут на носках, руки перед собой.

 Обычная ходьба

Инструктор: А еще у бабушки живет собачка, бегает и лает, во дворе играет

 Упражнение "собачки" (ходьба на четвереньках)

 Обычная ходьба

Инструктор: А теперь приободритесь

 И все вместе пробегитесь.

 Встали, выпрямили спинку,

 И по залу все бегом!

 Встают на ноги и бегут в колонне по одному по кругу. Обычная ходьба

Инструктор: А еще у бабушки живет лошадка. Давай те и мы с вами поскачем как лошадки!

 - Подскоки вверх.

- Обычная ходьба

 Вот мы и у бабушки -забавушки. Как мы рады быть у тебя в гостях. Наверно и ты нам рада. Посмотри на нас как мы ловко сделаем зарядку.

 Круг у нас широкий, ровный,

 Всем удобно здесь стоять.

 И начнем сейчас мы с вами

 Ножки, ручки разминать

Перестроение в круг.

 Общеразвивающие упражнения под музыку:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название | Исходное положение | Дозировка | Методические указания |
| 1. | «Наклоны головы»1-2 - наклон головы вправо; 3-4 – наклон головы влево5-6 – наклон головы вперед, 7-8 - подъем плеч вверх; | Стойка ноги вместе, руки на пояс. | 4 раза | Спина прямая, ноги вместе. |
| 2. | «Подъемы рук»1- поднять руки вперед, 2- развести в стороны,3- хлопнуть в ладоши над головой;4- в И.п. | Стойка ноги вместе, руки вниз. | 4 раза. | Выполнение точное, спина прямая, руки напряжены. |
| 3. | «Наклон вперед»1- наклон вперед,2- в И.п. | Стойка ноги врозь, руки на пояс. | 4 раза | Колени прямые, спину прогнуть. |
| 4. | «Наклон в стороны»1- наклон в правую сторону,2- в И.п.3- наклон в левую сторону,4- в И.п. | Стойка ноги врозь, руки на поясе. | 5 – 6 раз. | Спина прямая, наклон ровно в сторону. |
| 5. | «Приседания»1- присед ,2- в И.п. | Стойка наги вместе, руки на поясе. | 5-6 раз. | Спина прямая. |
| 6. | «Прыжки на месте»Прыжки на двух ногах (ноги вместе - ноги врозь)1-8 прыжки. | Ноги слегка расставлены, руки на пояс. | 3 раза | При прыжках ноги тугие, натянутые, руки на поясе. |

Инструктор: Какие мы с вами молодцы, а давай те оглядимся по сторонам и посмотрим как тут красиво и интересно.

Перестроение в колонну по три, при помощи водящих.

Основные виды движений:

Инструктор: Посмотрите как ловко проползают кошечки через канавку, а поможет нам в этом (имя ребенка). она покажет как правильно надо это делать.

Проползти в "тоннель" – "кошечки" ползают.

Инструктор: А вот и ручеек перед нами, надо пройти по бревнышку не упав в воду. Покажет нам (имя ребенка).

Ходьба по скамейке, перешагивая через предметы, разложенные на ней.

Инструктор: С бугорка на бугорок, Прыг скок прыг скок. Я обещала научить вас, как правильно надо прыгать. Посмотрите на меня (Спинка прямая, руки согнутые вдоль туловища, приседаем и на носочках прыгаем вперед, как можно дальше.)

Прыжки из обруча в обруч.

Выполнив основные движения поточно, дети убирают инвентарь. Перестроение в круг.

Подвижная игра "Кот и мыши"

Дети стоят в кругу, в середине – водящий "кот". Он их считает.

Раз, два, три, четыре, пять! Кошка учится считать.

Потихоньку, понемножку Прибавляет к мышке кошку. Получается ответ:

"Кошка есть, а мышек – нет" . С окончанием слов дети разбегаются, водящий их ловит.

После игры дети встают вновь в круг, и все вместе говорят слова: Вот какие мы с вами молодцы. Но пришло время прощаться с бабушкой и возвращаться в наш детский сад, в нашу группу.

Лады, лады, ладушки.

Где были? У бабушки!

 Нас бабуля привечала,

 Всех ребяток угощала.

До свиданья, бабушка, бабушка - забавушка.

 Дети выполняют упражнения дыхательной гимнастики и организованно уходят с занятия.