Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад № 78 "Колосок" города Чебоксары Чувашской Республики

**Конспект**

**сюжетно-игрового занятия по физической культуре для младшей группы с элементами игрового стретчинга**

**на тему: "Страна чудес"**

Составитель: Инструтор по физической культуре

Маряшкина Любовь Николавевна

Чебоксары 2017

Цель: Оказывать положительное влияние на общий тонус, настроение детей.

Задачи:

- способствовать тренировке и эластичности основных групп мышц;

- развивать подвижность суставов и связок;

- учить детей управлять собственным здоровьем, овладевать нетрадиционными способами оздоровления;

- воспитывать желание проявлять волю, терпение во время выполнения упражнений.

Предварительная работа: разучивание элементов стретчинга.

Методы и приемы: наглядный. игровой, словесный.

Оборудование: магнитофон с флешкой, проектор.

Структура занятия:

1. Вводная часть - Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колен, ходьба на пятках, ходьба на носках, ходьба на внешней стороне стопы, бег (3-4 мин.).

2. Основная часть - игровой стретчинг: "Домик", "Деревце", "Черепаха", "Лягушка", "Лисичка", "Волк", "Слон" (8-9 мин)

3. Заключительная часть - ходьба, подведение итогов(2-3 мин)

Ход занятия: Организованный вход в зал.

Инструктор: Дети, сегодня мы отправимся в необычное путешествие. Мы с вами пойдем в сказочный лес!!! Вы готовы? Дети: Да!!!! Тогда в путь.

Ходьба в колонне по одному.

Заросли густой травы нам попались на пути.

Друг за другом мы ступаем

И колени поднимаем ( ходьба с высоким подниманием колен)

Под ногами влажный мох,

Он нам не намочит ног.

На носочках мы пойдем,

В сказку быстро попадем (ходьба на носках)

В глину влажную ступаем

И на пятки наступаем.

Мы на пяточках пойдем,

Грязь с собой не понесем (ходьба на пятках)

Шишки под ноги попали,

Наши ноженьки устали.

Стопы все мы развернули,

До тропинки дотянули (ходьба на внешней стороне стопе)

В сказочный лес поспешите,

Не идите, а бегите (бег)

Друг за другом мы пойдем

Дружно песенку споем.

Построение в круг.

Инструктор: Вот мы с вами и дошли до сказочного леса. В этом лесу стоит маленький домик ("Домик"). Со всех сторон его окружают большие деревья ("Деревце"). И вот по тропинке к домику пришла черепаха ("Черепашка"). Увидела домик, остановилась и спрашивает:

-Кто-кто в домике живет, кто-кто в маленьком живет?

Никто не отзывается. Вошла черепаха и стала в нем жить. Прискакала к домику лягушка-квакушка ("Лягушка") и спрашивает:

- Кто-кто в домике живет?

- Я черепашка! А ты кто?

- Я лягушка-квакушка.

- Иди ко мне жить. Лягушка прыгнула в домик в домик. Стали они вдвоем жить.

Идет лисичка-сестричка ("Лисичка"). Постучала в окошко и спрашивает:

- кто-кто в домике живет?

- Я черепашка!

- Я лягушка-квакушка!

- А я лисичка- сестричка!

- Иди к нам жить! Забралась лисичка в домик. Стали соседи втроем жить, веселиться не тужить! Прибежал волчок-серый бочок ("Волк) и спрашивает:

- Кто-кто в домике живет?

- Я черепашка!

- Я лягушка-квакушка!

- Я лисичка-сестричка!

- А я волчок-серый бочок!

- Иди к нам жить! Стали они вчетвером жить. Вчетвером веселее. Вот они в домике живут, песни поют. Идет по лесу слон ("Слоник"), он по весу чемпион. Увидел домик, услышал песни, остановился и затрубил:

- Кто-кто в домике живет?

- Я черепашка!

- Я лягушка-квакушка!

- Я лисичка-сестричка!

- Я волчок-серый бочок!

- А я слон по весу чемпион!

- Иди к нам жить!

Слон полез в домик. Лез-лез, лез-лез(ходьба с опорой на ладони и стопы) и только

уселся (упор присев), как затрещал домик, упал на бок (группировка) и развалился (лечь на спину). Еле-еле успели из него все выбежать - все целые и невредимые. Принялись они бревна носить (вдох - подняться на носки, опуститься - выдох), доски пилить (вдох - подняться на носки, опуститься - выдох), новый домик строить. Лучше прежнего выстроили (вдох - подняться на носки, опуститься - выдох).

Инструктор: Ребята, вам понравилось?

Дети: Да!!!

Инструктор: И мне тоже понравилось с вами заниматься! Но нам пора возвращаться обратно в детский сад. Вы согласны? Тогда направо и друг за другом шагом марш.

Построение в одну колонну.

Инструктор: Детки по лесу гуляли,

За природой наблюдали,

Вверх на солнце посмотрели

И их лучики согрели.

Организованный выход из зала.