1. **Вводная часть**.

Дети под музыку входят в зал и строятся в одну шеренгу .

Воспитатель. Сегодня мы с вами пойдём в лес , в гости к Ёжику.

1. Ходьба друг за другом . ( « Ищем тропинку в лесу».)
2. Ходьба с высоким подниманием колена .( «Перешагиваем кочки».)
3. Ходьба на носках ( руки в стороны) , на пятках ( руки за головой , локти

разведены).

1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд . (« Перепрыгиваем

лужи».)

1. Ползание с опорой на ладони и колени. (« Пройдём под кустиками».)
2. Бег с изменением темпа и направления . (« Бежим к домику Ёжика».)
3. Ходьба друг за другом с дыхательными упражнениями «Ветерок».

Делаем медленный вдох носом . Ртом медленно выдыхаем воздух. (4 раза).

Дети берут кубики. Построение в три звена.

1. **Основная часть .**

Воспитатель. Вот и домик Ёжика. Сначала отдохнём ( присели на корточки), потом упражнения выполнять начнём.

**Общеразвивающие упражнения. (с кубиками).**

1. И. п. – ноги вместе , кубик в правой руке. 1 – руки в стороны , 2 – руки вверх , переложить кубик в левую руку , 3 – руки в стороны , 4 – и. п.

(6 раз).

1. И. п. – ноги на ширине плеч , кубик в правой руке . 1 – руки в стороны ,

2 – наклон вперёд , коснуться кубиком носка правой ноги , 3 – 4 – вы –

прямиться , переложить кубик в другую руку . То же к левой ноге.

(6 раз).

1. И . п. – стоя на коленях , кубик в правой руке. 1 – поворот вправо , коснуться кубиком пятки правой ноги , 2 – и . п. , переложить кубик в левую руку . То же влево .( 6 раз.)
2. И. п. – ноги вместе , кубик в правой руке . 1 -2- присесть , руки вы –

тянуть вперёд , переложить кубик в другую руку , 3 -4 – и.п. (6 раз.)

1. И .п. – лёжа на спине , кубик держать двумя руками за головой.
2. 2 – поднять прямые ноги вперёд и вверх , коснуться кубиком носков ног , 3 – 4 – и. п. ( 6 раз.)
3. И. п. – основная стойка , кубик лежит на полу. 1 – 4 – прыжки на двух ногах вокруг кубика в одну сторону , руки произвольно.
4. Ходьба друг за другом .

**Основные виды движения :**

1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками , хват рук с боков скамейки. (2-3 раза).
2. Прокатывание мячей друг другу ( исходное положение – стойка на коленях ), ( 6 раз).

**Подвижная игра « Хитрый ёжик»** .

Играющие стоят в кругу . По сигналу дети закрывают глаза , а воспитатель обходит с внешней стороны круга и дотрагивается до одного из играющих , который и становится водящим - «хитрым ёжиком». Затем дети открывают глаза , хором три раза спрашивают:

«Хитрый ёжик , где ты?». После третьего раза выбранный « хитрым ёжиком» говорит : « Я здесь!» . Все играющие разбегаются по залу , а

«хитрый ёжик» ловит их . (игра повторяется 2 – 3 раза)

Пальчиковая гимнастика « Хитрый ёжик».

Хитрый ёжик-чудачок

Сшил колючий пиджачок. ( Руки перед собой ладонями друг к другу,  пальчики перекрещиваются между собой. Шевелить пальчиками. )

Весь в иголках,  без застёжек,  ( Сжать кулачки. Разжимать,  начиная с большого пальца. )

На иглу нацепит ёжик

Грушу,  сливу – всякий плод,  ( Ладошки смотрят друг на друга,  пальцы растопырены и соприкасаются подушечками. )

Что под деревом найдёт,  ( Сжать руку в кулачок,  выставить указательный палец и пошевелить им. )

И с подарочком богатым ( Сложить ладони вместе и стучать по два раза. )

Поспешит к своим ребятам. ( Руки перед собой ладонями друг к другу,  пальчики перекрещиваются между собой. Ладони под углом друг к другу. Шевелить пальчиками. )

Молодцы , ребята! Ёжику очень понравилось играть с вами .А теперь пора в группу. Дети прощаются с ёжиком . Выход из зала.