**Тема: «Колобок – Веселый бок».**

***Программное содержание:*** развивать ловкость, равновесие, внимание, быстроту реакции.

***Задачи:***

* Учить прокатывать мяч головой.
* Закреплять прыжки на фитболе.
* Совершенствовать прыжки с продолжением вперед.
* Формирование правильной осанки.
* Развитие координации движений.
* Закаливание организма.
* Способствовать развитию положительных эмоций и творческого воображения.

***Материал:*** Мячи- фитболы по количеству детей, пирамидки большие, маски медведя, зайца, волка, лисы.

**Ход занятия**.

*Дети входят в зал друг за другом, строятся в полукруг*.

Инструктор: Ребята, сегодня я расскажу вам сказку «Колобок – весёлый бок». Вы слушайте, запоминайте и за мною повторяйте.

Далеко, далеко – обычная ходьба в колонне по одному (руки на поясе, спина прямая).

За лесом темным – ходьба на носках (следите за осанкой).

За высокой горой – ходьба высоко поднимая колено (держите голову прямо, руки вверх).

На берегу быстрой реки – легкий бег (руки должны помогать при беге).

Жили – были дед и баба.

*Построение в круг.*

Упражнение на дыхание «Ох»

И.п.: стоя, руки опущены; сделать вдох через нос, поднять руки вверх через стороны; выдох через рот, сказать: «Ох» опустить руки.

Массаж лица.

Инструктор: вот однажды говорит дед бабе: «Испеки мне баба, пожалуйста колобок».

Посмотрела баба, а муки – то нет (двумя пальцами погладить брови от центра к вискам (3р)).

Она по сусекам поскребла (погладить нос сверху вниз (3р)).

По амбару помела (погладить себя по голове (3р)).

Что нашла из того колобок испекла (имитация лепке колобка ладонями (3р)).

Показывает мяч – фитбол.

Инструктор: получается у нее вот такой колобок – веселый бок.

Положила баба его на окошко студиться. Посмотрите ребята сколько у нас колобков. Возьмите мячи и садитесь.

*Общеразвивающие упражнения на фитболах.*

1. «Пружинки покачивания». – Лежит колобок на окошке, скучно ему.
2. «Руки вверх». – Стал колобок на небо смотреть и на солнышко.

И.п.: сидя на мяче, руки держаться за мяч; поднять руки вверх, опустить (6р).

3) «Повороты». – Стал колобок вертеться налево и направо.

И.п.: сидя на мяче, руки на поясе; поворот туловища направо; исходное положение; поворот налево; исходное положение.(4р)

4) «Наклоны». – Стал колобок вниз смотреть на землю.

И.п.: сидя на мяче, руки на мяче; наклоны вперед, руки за спину; исходное положение.(4р)

*(Нужно следить за правильным выполнением, за посадкой)*

*Основные виды движений.*

Инструктор: вертелся колобок и упал; покатился колобок по дорожке.

Катиться колобок, а навстречу ему заяц. Говорит заяц колобку: «Колобок, колобок, я тебя съем!» А колобок и отвечает: «Не ешь меня, заяц, я такой же ловкий как ты и прыгать высоко умею!» - прыжки на фитболе с продвижением вперед.

 Инструктор: укатился колобок от зайца.

Катиться колобок дальше, а навстречу ему волк – зубами щелк. Говорит волк: « Колобок, я такой голодный, что целиком тебя съем!». Колобок отвечает: «Не съешь ты меня волк, я очень быстрый». – прокатывание мяча головой, стоя на четвереньках.

 Инструктор: укатился колобок далеко, далеко, только его и видели.

Катиться колобок дальше, а навстречу ему медведь. Говорит медведь колобку: «Ух, какой ты кругленький, красивый, что я тебя даже съем!» Колобок отвечает: «Не ешь меня мишенька, а я с тобою поиграю!» - п/и с фитболом «У медведя во бору».

*(Дети прыгают на фитболе, а ведущий догоняет на фитболе).*

*Дети встают в шеренгу.*

Инструктор: укатился колобок и от медведя.

Катиться он дальше и видит, лежит на полянке лиса, греется на солнышке. Колобок спрашивает лису: «Лиса, а ты что делаешь.» Лиса говорит: «На солнышке греюсь. Ложись тоже, погрейся, а я тебе песенку спою.» Колобок спрашивает: « А ты меня не съешь?» «Нет, нет, не бойся. Я уже обедала.

 В лесу поют птицы

Опусти ресницы.

Глазки закрой,

Полежи со мной.

Спи, отдыхай, глазки не открывай.»

*( Дети, лежа на коврике, расслабив мышцы)*

- Не хочу лежать, а хочу гулять – сказал колобок и укатился в другую сказку.

Вот и сказочке конец, а кто сам все движения выполнял МОЛОДЕЦ!

Понравилась сказка?

И вам пора в группу ребята. Спасибо. До свидания.