Ход занятия:

1. Построение детей на «фигурках». Дети моргают глазками, растирают руки, щёлкают язычком.

Речевая игра (по Н. В. Нищевой) «Где обедал воробей?» (Детям сообщается, что сегодня их ждёт прогулка в зоопарк).

Ходьба и бег обычные.

Ходьба и бег с имитированием движений животных: слона, мышки, зайчика и др.

«Ленивцы» - ползание по наклонной горке.

«Медвежата» - прокатывание с живота на спину по спортивному мату.

1. ***ОРУ с массажными мячиками «Ежики»***

- «здороваемся с «ёжиками»»:

И. П. о. с. Мячик в согнутых в локтевых суставах руках перед грудью; передача мяча из руки в руку. Повторить 4-5 раз в быстром темпе.

- «Колючие «ёжики»»:

И. п. то же; передача мяча из рук в руки и одновременное и поочерёдное сжимание мяча в кисти руки. Повторить 4-5 раз в умеренном темпе.

- «Играем в прятки»:

И. п. о. с., мячик в правой руке внизу; передача мяча за спиной, под коленом, за шееё из руки в руку. Повторить 5-6 раз в умеренном темпе.

-«догонялки с «ёжиком»»:

И. п. о. с., мячик в любой руке внизу, ноги на ширине плеч; выполнить наклон вперёд, прокатывание мяча вокруг правой и левой ног. Выполнять в свободном темпе.

- «Нам весело»:

И.п. о. с., руки свободно вдоль тела, мяч находится на полу; катаем мяч правой и левой ногой поочерёдно в чередовании с прыжками вокруг мячика. Выполняем в свободном темпе.

3. ***ОВД***: - «Мышки» - ползание в тоннель «Лабиринт». Взять мягкую игрушку (расстояние от тоннеля 1, 5 м) и вернуться бегом обратно.

 - «Обезьянки» - подбежать к центру в зале и взять спортивный инвентарь,разложенный на полу на расстоянии 3 м от детей. Выбрать по желанию один предмет. На обратном пути дети выполняют с ним необходимые действия, например: на султанчик дуют, экспандер растягивают руками и т. д.

*п/игра* «Лиса в курятнике» (играем 2-3 раза)

*м/п игра* «1 – 2 – 3! – Замри!»

*релаксация* (элемент хатха-йоги ) «Кошечка». (Дети располагаются на полу на низких четвереньках врассыпную).

*Ритмическая гимнастика* «Улыбка». (Дети выполняют движения по показу за инструктором).