**Конспект занятия по физической культуре в младшей группе.**

**Стульчики-вертульчики.**

**Задачи занятия:**

1. Упражнять детей в применении предметов быта;
2. Развивать координационные способности при выполнении физических упражнений со стульями.

**Инвентарь:** стулья, соответствующие возрасту и числу детей в группе.

**Ход занятия.**

**Вводная часть.(4-5 мин)**

Вступительное слово. Разминка.

* Ходьба вокруг стульев, со сменой направления движения (влево-вправо) (длительность 1-1,5 мин).
* Бег вокруг стульев, также со сменой направления (1-1,5 мин).
* Ходьба вокруг всех стульев (свободная) (1-1,5 мин).

Каждый подходит к своему стульчику, встает на него.

* Из положения стоя на стуле, садятся на стул. Повторяется упражнение 5-6 раз.
* Прыжки вокруг стульев на двух ногах (8-10 подскоков).
* В положении сидя на стуле, ножки поднять и болтать ими (40-50 сек).

**Основная часть.(6-7 мин)**

1. Встать за стульчик, руки на спинке, выполнить приседания (прятки)(1-1,5 мин).
2. И.п. тоже , встать к стульчик левым боком, правой ногой выполнить маятник (1-,15 мин), после повернуться другим боком(1-1,5 мин).
3. Стульчик на 4 ножках вокруг поворачивать (1-1,5 мин).
4. Поставить стульчик на одну ножку и вращать его ручками, меняя направление (1-1,5 мин).
5. Ползание на четвереньках вокруг стульчика (1-1,5 мин).
6. Хлопки по сиденью стульчика(30-40 сек).

**Заключительная часть.(3-4 мин)**

Подвижная игра «Птички».

Дыхательная гимнастика.

1. Закрыть левую ноздрю. Вдох носом, выдох ртом. (8-10 раз)
2. Тоже, правую ноздрю. (8-10 раз)
3. Язык к нёбу, вдох и выдох выполнять ртом(8-10 раз)
4. Руки вытянуть вперед. Выполняя вдох сжать кулачки, вдох носом. Выполняя выдох- разжать ладошки, выдох ртом, высунув язык.

Потереть ладошки, ушки, ручки и ножки.