**Физкультурно – оздоровительное развлечение**

**«Удивительное приключение пряничка»**

**для детей младшей группы.**

Цель:

- создать условия для гармоничного физического развития детей;

- сохранение и укрепление здоровья.

Задачи:

- учить детей согласовывать свои действия с действиями воспитателя;

- продолжать учить выполнять дыхательные упражнения, формировать навык носового дыхания;

- продолжать учить детей выполнять упражнения для глаз, не поворачивая головы;

- продолжать формировать двигательные действия детей;

- воспитывать интерес к организованным движениям;

- развивать смелость, координацию, память.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Части занятия** | **Частные задачи** | **Содержание учебного материала** | **Дозировка** |
| Вводная | Подготовить мышцы и организм для ОРУ и двигательных действий | *«Ой, ребята, тише, тише!**Что-то странное я слышу**Сказка в гости к нам спешит**Громко ножками стучит.**Мы не будем ей перечить**И пойдем скорей навстречу!»*- Ходьба обычная с чередованием ходьбой на пяткаъх, с высоким подниманием бедра- Бег в медленном темпе- Ходьба обычная | 2 мин.40 сек20 сек. |
| Основная | Организация ОРУ: выполнение упражнений на основные группы мышцНосом вдыхать глубоко, многоНоги прыгают одновременно. В обруч прыгают прогибаясь, наклоняясь | - жили были дед да бабаБабка:Ранним утром солнце всталоПоднялось и запылалоВсе уснувшие проснулисьОтрыхнулись, встрепенулись(дед потягивается)ОРУ без оборудования1. И.П. основная стойка 1-через стороны поднять руки вверх, 2- через стороны опустить

Дед: *испекла бы ты мне, бабка, хоть что-нибудь вкусное*Бабка: *давай колобок испеку*Дед*: да что все колобок да колобок, испеки что- нибудь другое*Бабка: *давай вместе. По сусекам поскребли.*1. И.П. ноги на ширине плеч, руки в стороны

1- руки вперед, хлопок в ладоши, 2 – и.п.*По амбару помели.*1. И.П. ноги на ширине плеч, туловище наклонено вперед, руки опущены вниз, 1-2 энергичные, раскачивание туловища вправо-влево на каждый счет!

*Круто тесто замесили*1. И.П. ноги на ширине плеч, руки на поясе 1-наклоны туловища вперед руки подняты вперед, 2-и.п.

*В печь все это посадили*1. И.П. пятки вместе, носки врозь, руки на поясе 1 – глубокий присед, руки выпрямить вперед, 2 – и.п.

*Испекли пряничек. Положила бабка на окошко. Пряничек полежал, полежал да и побежал. Только выбежал во двор, а там курица.**-* гимнастика для глаз (лазерным лучом на стене вверх-вниз, вправо-влево, зажмурится)Железнова музыка с мамой № 11*Побежал пряничек дальше. Встретил кошку.**-* дыхательная гимнастика «Кошка»И.П. стоя руки согнуты у груди имитируя лапки кошки. Вдох носом, лапки у груди, выдох руки в стороны, пальцы раздвинуты, произнести «мяу»*Побежал пряничек дальше. Встретил зайку. Поиграем с зайкой.*Железнова, музыка с мамой №6-прыжки на двух ногах с продвижением вперед-прыжки на двух ногах в вертикальный обруч*Поиграли. Поскакал зайка в лес. А в лесу жила…* Железнова, музыка с мамой №18 и №4 Баба Яга*Испугался пряничек и побежал обратно. Встретил мышку: «Спрячь меня»*- ползание на четвереньках под препятствие- ходьба на носочках в полуприседеЖелезнова, музыка с мамой №18, №5 | 8 раз8 раз8 раз8 раз |
| Заключительная |  | *Поиграли. Побежал пряничек дальше. Встретил яблоньку: «Спрячь меня»*- подвижная игра «Яблонька» Цель: бег врассыпную, задания руками.Железнова, музыка с мамой №18, № 15Поиграли. А там и до дома рукой подать и бабушка и дедушка стали пряничка обнимать и целовать да пальчиком грозить: *«Зачем убежал без разрешения! Зачем убежал один далеко»* |  |