**Галеева Галина Николаевна,**

структурное подразделение детский сад «Ягодка»

ГБОУ СОШ № 11 г. Кинеля

**Утренняя зарядка с фитболами.**

**«Путешествие в подводное царство»**

**Предварительная работа:**

Просмотр Ариэль на слайдах, прослушивание аудиозаписи «Песня краба».

**Оборудование и материалы:**

Презентация «Ариэль», аудиозапись «Песня краба», фитбол мячи по количеству детей, картонные цветочки коалы болотные.

**Ход и содержание мероприятия.**

**ИФК:** « Здравствуйте, ребята!»

**Дети:** « Здравствуйте!»

*На экране изображение Ариэль в подводном царстве.*

**ИФК**: Дети, посмотрите, кто у нас в гостях. Это Ариэль. Она заблудилась и не может найти дорогу домой к своему папе Тритону. Давайте поможем ей. И отправимся в путешествие по подводному царству. Вы готовы?

**Дети**: Да!

ИФК: Чтоб попасть в подводное царство, надо превратиться в морских обитателей.

«Ты на месте покружись,

В морских жителей превратись!»

Дети кружатся на месте.

***На экране появляется Ариэль в руках с ракушкой.***

 **ИФК:** Ариэль предлагает нам взять с собой ракушки (фитболы).

*Дети по команде поворачиваются на право, идут по залу в колонне по одному и берут фитболы.*

 ***дети выполняют движения под музыку****.*

*ОРУ.*

◊ Ходьба обычным шагом, фитболы в руках у груди;

◊ Ходьба на носках, фитболы над головой;

◊ Ходьба с высоким подниманием колена, фитбол на вытянутых руках, достаем коленями до фитбола;

◊ Ходьба на пятках, фитбол на голове, придерживая руками;

◊ Ходьба обычным шагом.

Легкий бег.

 ИФК: На месте стой, раз, два! На право!

*На экране появляется изображение подводного морского царства.*

**ИФК:** Ребята, вот мы с вами и оказались на морском дне, где растут красивые цветы. Выберите цветок и поставьте ракушку рядом с ним.

*Дети останавливаются. Поворачиваются в круг, около своих цветов, ставят фитбол.*

**ИФК:** Сели на ракушку, руки на поясе, спина прямая, ноги на ширине плеч.

Упражнение начинай!

1. «Любопытный краб» повороты головы влево- вправо.
2. «Рыбки» круговые вращения руками.
3. «Волна» наклоны туловища в стороны с вытянутыми руками над головой.
4. «Дельфин» покачивание лежа на фитболах на животе.

*ИФК поднимает детей и обращает внимание на экран.*

*На экране появляется изображение Ариэль и ее отца Тритона….*

**ИФК**: Ну вот ребята, мы с вами помогли Ариэль найти ее папу. Они теперь вместе и счастливы, а нам с вами пора возвращаться обратно.

«Ты на месте покружись,

В ребят превратись!»

Дети кружатся на месте.

Дети по команде шагают по кругу, складывают фитболы, выполняют легкий бег.

Уходят в группу.