

**Конспект по фитбол-гимнастике с  
элементами сказкотерапии  
«В гости к бабушке с друзьями»**

**Воспитатель: Юрова Н.Н.**

**Цель:** укрепить мышцы спины, развить координацию, пластику движений, создание положительного эмоционального настроения.

**Материалы и оборудование:** фитболы, музыкальное сопровождение.

**Ход занятия:**

Дети заходят в группу, звучит спокойная музыка.

Воспитатель: «Ребята садитесь на наши волшебные мячики, и мы с вами отправимся в сказку .»

Жила-была маленькая девочка, звали ее Алёнка. Однажды бабушка Алёнки загрустила, и девочка решила её навестить. Дорога к домику бабушки шла через лес, но Алёнка была смелой девочкой и не боялась ходить одна.

И вот она отправилась к бабушке в гости

*(И.п.: дети сидят на фитболах, руки на поясе, ногами имитируют ходьбу.)*

А на встречу ей выбежал зайчик.

Заяц: «Куда ты идёшь, девочка?»

Алёнка: «Я иду в гости к бабушке, она загрустила.»

Заяц : «Возьми меня с собой.»

Алёнка: «А что ты умеешь делать?»

Заяц: «Я умею весело прыгать.»

*(И.п.: сидя на фитболах, дети прыгают на мячиках)*

И пошли они дальше в двоём

*(Дети имитируют ходьбу, сидя на фитболах.)*

А на встречу им лиса.

Лиса: «Куда это вы идёте?»

Алёнка: «Мы идём в гости к моей бабушке»

Лиса: «Возьмите меня с собой».

Алёнка: «А что ты умеешь делать?»

Лиса: «Я умею танцевать».

*(И.п.: Сидя на фитболах, руки вверх, в стороны, на пояс, повторить 3 раза.)*

И пошли они дальше втроём.

*(Дети имитируют ходьбу на фитболах).*

Идут они идут и подошли к реке. А моста через речку нет. Что делать?

Решили друзья речку переплыть

*(И.п.: дети ложатся животом на фитбол, перекатываются вперёд, - руками упираются в пол, затем назад- ногами упираются в пол. Повторять 3раза.)*

Переплыли речку, а вот и домик бабушки. Зашли друзья в дом, а бабушка очень обрадовалась и стали они вместе веселиться.

*(Флешмоб на веселую музыку 1-2 минуты)*