**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

«Березка» село Червоное Сакского района Республики Крым

**Конспект открытой непосредственно-образовательной деятельности**

**Занятие – по физкультуре в подготовительной группе**

**на тему «Морское путешествие»**

 **ВОСПИТАТЕЛЬ: Абрикосова С.В.**

Червоное, 2019г.

***Тема: Путешествие морское***

**Цель**: воспитание у детей желание заниматься физической культурой.
**Задачи:**
1. Совершенствовать у детей навыки различной ходьбы и бега в колонне по одному.

2. Продолжить формировать умение перестраиваться из одной колонны в три.

3. Развитие общей выносливости.
4. Совершенствовать навыки ползания на четвереньках по гимнастической скамейке c мешочком с песком на спине, ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках.

5. Упражнять в ходьбе «змейкой», ходьбе по диагонали
6. Развивать навыки совместных взаимодействий. Развивать ловкость и координацию движений.
7.Продолжать совершенствовать прыжки на левой и правой ноге.

8. Воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой, дружеские взаимоотношения во время игры.

**Оборудование:** гимнастические скамейки (2 штуки), канат, кегли (10штук), туннель-дуги, сундук с атрибутами для игры «Моряк» (бинокль, штурвал, якорь), аудиозапись с шумом «Море».
**Предварительная работа:** беседа «Кто такие моряки?», рассматривание иллюстраций с изображением моряков во время работы, чтение и рассматривание энциклопедий «Морские обитатели», работа с тематической папкой лэпбуком «Жители Черного моря»

**Ход НОД:**

**Вводная часть.**
**1 часть.** Дети заходят в зал и строятся в шеренгу.

**Вед:** Здравствуйте, ребята. Сегодня я предлагаю вам отправиться в морское путешествие. Для этого нам нужно добраться до корабля и подняться на палубу. Подготовку мы начнём, на тренировку пойдём. Если ты матрос, давай команды выполняй!

На право! Раз-два! Налево! Раз-два! Налево Раз-два!

За направляющим в обход по залу направо шагом марш! ***Ходьба обычная.***

**Вед:** Внимание! Учебная тревога, побежали друг за другом. ***Бег обычный.***

**Вед:** Быстро шагай, смотри не зевай, на сигнал (свисток) остановись, в обратную сторону повернись. ***Ходьба с поворотом.***

**Вед:**Учебная тревога! На другой берег переберись! ***Ходьба по диагонали*** 2 раза.

**Вед:** Учебная тревога! ***Бег широким шагом. Руки согнуты в локтях.***

**Вед:** Мы походим по волнам. ***Ходьба змейкой, руки на пояс2 раза.***

**Вед:** А теперь качаются волны. ***Ходьба скрестным шагом, руки на пояс.***

**Вед:** Учебная тревога. ***Бег змейкой.***

**Вед:** Высоко подняв колено, по воде идём мы смело. ***Ходьба с высоким подниманием колен, обычная ходьба, перестроение в 2 колонны у скамеек.* «Отбой учебной тревоги» Ходьба с дыхательными упражнениями**. Вед:- А сейчас мы отдохнем, аромат волн вдохнем. Вдох - носом, выдох- ртом.

**Вед:** Вот, наконец, мы добрались до нашего корабля. Проходите на палубу, занимайте свои места. ***Первую колонну заводит ……, вторую колонну заводит…., третью колонну заводит…..***

**Перестроение в три колонны, через середину зала** (Через середину зала в три колонны становись, на месте стой раз-два, на вытянутые руки назад разомкнись).

**ОРУ «Мы - матросы».**

1.«Запах моря».
И. п. стоя ноги врозь, руки внизу, мышцы предельно расслаблены, глаза закрыть.
1-4. Медленно вдыхать воздух через нос, пытаясь уловить запах моря.
5 –8. Медленно выдыхать через рот.
Стараемся добиваться ощущения, что дышим не только носом, но и телом (воздух проникает через кожу).
2.«Пловец» (матросы соревнуются в плавании). Упражнение показывает ребенок.
И. п. – стоя руки вверх, ноги вместе.
1-8 – поочередные круговые движения руками вперед, имитируем плавание кролем на груди .
1-8 – то же назад (плавание на спине).
Далее все упражнения показывают дети.
3.«У штурвала».
И.п. – стоя ноги врозь, руки перед грудью, локти вниз (держим штурвал);
1-2 - наклон вправо
3-4 - тоже влево.
4.«Поднять якорь».
И.п. – стоя ноги врозь, руки на поясе.
1-2 – наклон вперед коснуться руками пола.
3-4 И. п.
5.«Трап»

И. п. – лежа на спине, ноги вместе прямые, руки за головой.

1 – поднять согнутые в коленях ноги, коснуться палочками руками колен;

2 – вернуться в и. п.

6.«Морская звезда»

И. п. - лежа на животе, ноги в упоре на ширине плеч, руки в стороны.

1-4 – поднять туловище, как можно выше, руки в стороны

5-8 – и. п.

7.«Волны**»***(прыжки)*

И. п. – основная стойка, руки внизу.

1 – прыжком ноги врозь, руки в стороны;

2 – вернуться в и. п.

8. «Волны шипят»*(упражнение на восстановление дыхания)*

 И. п. – основная стойка, руки внизу. Плавно поднять руки через стороны вверх (вдох), плавно опустить руки вниз (выдох через рот со звуком: ш-ш-ш).

**2. Основная часть**
**Этюд «Капитан»**
Ребенок представляет себя капитаном, который стоит на мостике корабля и смотрит вперед. Вокруг темное небо, высокие, крутые волны, свистит ветер. Но не боится капитан бури. Он чувствует себя сильным, смелым, уверенным. Он доведет свой корабль до порта назначения.
Выразительные движения: спина прямая, ноги врозь, взгляд вперед, иногда подносит бинокль, воображаемый к глазам.
- Увидел капитан, что надвигается шторм. А что делают матросы на корабле в шторм? (Ответы детей)
**Круговая тренировка «Матросы на корабле в шторм»**
1 станция. «По палубе в шторм».
Проползание на четвереньках по гимнастической скамейке с мешочком с песком на спине.
2 станция. «Переход на соседнюю мачту».
Переход по канату, лежащему на полу, стараясь не потерять равновесие, не касаться пола. Руки в стороны.
3 станция. «Спуск в трюм».
Проползание в туннеле. Под дугами на четвереньках.
4 станция «Между подводными рифами».
Прыжки на левой, правой ноге «змейкой» между кеглями, не задевая их.
- Шторм закончился и матросы отдыхают. Как они отдыхают? (Ответы детей)

Веселятся! Играют!
**Подвижная игра «Акула»**
Выбирается водящий. Он становиться акулой Дети сидят на скамейке. Ковер- это море. По сигналу дети прыгают в море и изображают, что плавают. По сигналу: «Акула!», водящий старается поймать тех детей, которые не успели сесть на скамейку. Когда будет поймано 3-5 детей, выбирают нового водящего.
**3. Заключительная часть**
**Релаксация «Сон на берегу моря».**
Дети ложатся на коврики и слушают шум моря (запись).
- Вы спите и вам сниться один и тот же сон. В этом сне вы видите море с прозрачной водой, через толщу которого можно рассмотреть подводный мир: необычной красоты водоросли, необычных диковинных рыб, большую морскую черепаху и радостных, добродушных дельфинов.
Пауза. На счет 1, 2,3 просыпаются и встают.
- Пока вы спали, волной вынесло на берег сундук. Что в нем? (дети высказывают предположения).
- Давайте откроем и посмотрим что там.
Дети открывают сундук, находят бинокль, штурвал, якорь. С находкой уходят играть в группу.



 