**«Путешествие к озеру Нептуна».**

**Цели и задачи:**

1. Развивать мелкую моторику рук;
2. Учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке;
3. Упражнять в лазанье по гимнастической стенке с переходом с пролета на пролет;
4. Развивать быстроту, выносливость.

**Инвентарь и оборудование:** гимнастические скамейки; гимнастическая стенка; рыбки по количеству детей; 2 сачка.

Стена декорирована в морском стиле – волны, корабли, чайки.

**Участники праздника:** дети старшей группы.

**Ход занятия.**

**Педагог:** Ребята, отгадайте загадку:

Без чего не может мама

Ни готовить, не стирать,

Без чего мы скажем прямо

Человеку умирать,

Чтобы лился дождик с неба,

Чтобы плыли корабли,

Чтоб варились кисели,

Чтобы не было беды –

Жить нельзя нам без – воды!

Как вы думаете, зачем нужна вода? И кому?

**Дети перечисляют:** Чтобы поливать цветы, готовить еду, стирать, купаться, умываться и т.д.

**Педагог:** Да, вода очень нам нужна. А где в природе мы можем встретить воду?

**Дети:** В озере, на море, на реке, в ручейке.

**Педагог:** Хотите отправиться в путешествие к озеру Нептуна? Мы с вами и поиграем и отдохнем.

**Ответ детей.**

**Педагог:** На каком транспорте можно отправиться в путешествие?

**Дети:** на поезде, автомобиле, автобусе, корабле.

**Педагог:** А чтобы наше путешествие было не только интересным, но и полезным для начала мы пойдем пешком, а потом мы поплывем на корабле.

**Педагог:** Идем на пристань.

Мы идем как обычные ребята (обычная ходьба);

Руки вверх поднимаем,

А потом их опускаем,

А потом их разведем,

Опустим вниз, к себе прижмем (выполняют указанные движения).

После к бегу перейдем.

Бурлит вода, шумит вода (круговые движения руками),

Но нам преграда не страшна!

По трапу мы пройдем

И на корабль попадем.

**Педагог:** Сейчас я палочкой взмахну,

И вас в матросов превращу (перестроение в два звена).

**Общеразвивающие упражнения.**

**«Комплекс корабельной зарядки».**

**1.** *«Ветер».*

И.п. – о.с., руки на поясе:

1 – поворот головы вправо, выдох;  
2 – и.п.;  
3– поворот головы влево, выдох;

4 – и.п.(6 раз).

**2.** *«Волны».*

И.п. – о.с., руки внизу: волнообразные движения руками вперед-вверх, затем вниз (6 раз).

**3.** *«Мачта».*

И.п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе:

1 – наклон вправо, левая рука вверх;  
2 – и.п.;  
3 – наклон влево, правая рука вверх;  
4 – и.п.(6 раз)

**4.** *«Качка».*

И.п.: лежа на животе, ноги вместе, руки вытянуть вперед:

1 – прогнуться, руки и ноги развести в стороны;  
2 – и.п.;  
3 – 4 – тоже(6 раз).

**5.** *«Шторм».*

И.п.: лежа на спине, ноги согнуть, колени обхватить руками. Покачивание на спине (6 раз).

**6.** *«Маяк».*

И.п. – ноги на ширине плеч, руки опущены:

1 – прыжок, ноги в стороны, с одновременным хлопком над головой;  
2 – прыжком в и.п.;  
3 –4 – тоже (6раз).

***Упражнение на дыхание «Гудок корабля».***

Носом с шумом набрать воздух, задержать дыхание на 1-2сек, с шумом совершить длинный выдох через губы, сложенные трубочкой, со звуком «у-у-у».

***Пальчиковая игра «Медуза».***

**Педагог:** Две огромные медузы

Прилепились пузом к пузу.

Выгнем пальцы посильнее –

Вот как гнуться мы умеем!

*Дети соединяют ладони и пальцы обеих рук, раздвигают пальцы, после чего отрывают ладони друг от друга,* *выгибая пальцы.*

**Основные движения.**

*«На палубе».* Ходьба по гимнастической скамейке боком (правым, левым) приставным шагом, руки за головой (2раза).

*«По веревочной лестнице».* Лазанье по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом (2раза).

**Педагог:** Вы не устали? Вот мы и приплыли.

Сейчас я палочкой взмахну,

Вас в ребятишек превращу!

Мы по трапу пройдем

И на сушу попадем *(ходьба по ребристой дорожке).*

На дороге сидит Нептун.

**Нептун:** Здравствуйте дети, давайте знакомиться. Я – Нептун! Повелитель морей и рек, а также озер и ручьев. Я хочу вам показать мое «озеро». Но прежде чем пройти к нему, давайте поговорим о том, как нужно вести себя на воде?

**Дети:** Нельзя купаться без взрослых, прыгать с берега, нырять, далеко заплывать, нельзя подплывать к лодкам.

**Нептун:** Молодцы. Но вот беда у меня –

Пересохло «мое озеро».

Что происходит в царстве моем,

Загрязнили водоем?

А ну посмотрите, что натворили

Все «мое озеро» погубили!

Мусор разбросан; кувшинки сорвали

Видите, как раньше было? (Показывает картинки).

Какое красивое озеро! Какие красивые моря! Океаны! Реки!

**Дети:** Красиво, нет мусора.

**Педагог:** Давайте поможем озеру. Мусор должен лежать в мусорном контейнере, а не превращать берег в свалку.

*Эстафета.* Дети стоят в двух колоннах, и передают друг другу мусор. Задача: собрать как можно больше мусора.

**Педагог:** Ну, молодцы ребята, быстро все убрали, справились. Теперь озеро будет чистым на радость всем лесным и озерным жителям. (В это время в бассейн наливают воду).

**Нептун:** Посмотрите, в озере вода появилась. Ура! (Дети подходят к озеру смотрят).

**Педагог:** Обратите внимание на озеро. В нем совсем нет рыбок. Давайте мы заселим его рыбками. Я предлагаю перенести рыбок из ведра в озеро. Делимся на две команды.

*Эстафета.* Дети строятся в две колонны, каждый по очереди берет сачком рыбку и бегом переносит ее в озеро.

**Педагог:** Чтобы рыбкам не было скучно, предлагаю поселить соседей – лягушек подружек. Лягушата должны попрыгать.

**Педагог:** А я хочу дополнить наше озеро водорослями. А для чего рыбам нужны водоросли?

**Дети:** Чтобы рыбкам легче дышалось

**Педагог:** Нептун, а не хотел бы ты с нашими ребятками в игру поиграть?

***Подвижная игра «Берег и море».***

Стены зала – «берег», середина – «море». Сначала все дети располагаются на берегу. После того, как педагог скомандует: «Море!», прыгают в море и резвятся там. По команде: «Берег!» прыжками возвращаются на берег, а Нептун их догоняет. Тот, кто не успел добраться до берега, считается пойманным (2раза).

***Релаксация под музыку «Волны шумят».***

**Нептун:** Мне пора осматривать другие владения: берегите природу, охраняйте и не загрязняйте водоемы и леса. Спасибо вам, что очистили озеро и заселили его рыбками, лягушками, водорослями. До свидания! Приходите еще!

**Педагог:** А нам ребята пора возвращаться в детский сад.

*Организованный выход из зала под музыку.*