**«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.*