**Физкультурный досуг**

**для детей старшего дошкольного возраста**

**«Морское путешествие»**

**Цель:**

- Активизировать двигательную активность и познавательный интерес детей

посредством игровой деятельности.

**Задачи:**

**-** способствовать развитию ловкости, координации движений, общей моторики;

- воспитывать внимательность, смелость, творчество в двигательных действиях;

- способствовать укреплению здоровья через игровую деятельность;

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Программное содержание** | **дозировка** | **Методическое сопровождение** |
| Дети входят в зал. Строятся в шеренгу для приветствия. Создание игровой мотивации.  Разминка с парашютом: «Море волнуется»  ходьбы по кругу, держась одной рукой за парашют  Бег по кругу, держась одной рукой за парашют  Добавить колебания рукой ввер-вниз  Переходят на шаг,  Берут парашют двумя руками, взмах вверх-вниз, на конец фразы дети подныривают под парашют и остаются там.  П.И. «Жители подводного мира»  Объяснение правил игры.  Ход игры.  Включается видео, обращение морского царя к детям.  П.И. «Рыбки и невод»  Объяснение правил игры  Ход игры  Видео морского царя  П.И. «Танцевальный марафон»  Объяснение игры  Ход игры.  Видео морского царя  П.И. «Закати жемчужину»  Видео морского царя  «Возвращение домой»  Дети подходят к парашюту, встают в круг, берут в руки. Педагог кладет мяч в середину. Объяснение правил игры.  П.И. «Корабль на волнах»  Построение, прощание | 2 мин  2-3 мин  2-3 круга  2-3 круга  1-2 круга  1-2 круга  1-2 мин  3-4 мин  1-2 мин  2 мин  3 мин  1 мин  1 мин  2 мин  1 мин  2-3 мин  1 мин  2-3 мин  1 мин | - Здравствуйте ребята! Любите ли вы путешествовать? А как можно путешествовать? (на поезде, на машине, на самолете, на корабле). Зачем люди путешествуют? (интересно, узнать новое, увидеть мир) А хотели бы вы сейчас отправиться в путешествие? Я вам предлагаю совершить морское путешествие. Поможет нам вот этот волшебный, цветной ковер.  - Подходите к парашюту, вставайте так, чтобы каждый встал напротив определенного цвета, возьмемся двумя руками. Посмотрите, какое у нас цветное море, есть на Земле белое море красное море, черное море, а у нас сразу все моря собрались в одном.  - Наше море волнуется, волны набегают на берег, *– педагог начинает колебания парашюта, дети подхватывают, -* если ветер усиливается, то волны становятся выше, а если море спокойное то и волны маленькие, – *педагог демонстрирует большие и маленькие волны и предлагает детям попробовать, -* и мы сейчас помчимся по волнам. Возьмитесь за парашют одной рукой:  Мы сначала в лодку сели  И поплыли еле-еле…  А потом-потом-потом  Самым, быстрым кораблем….  Волны выше поднимайтесь,  Наш корабль подгоняйте….  Тише, тише, не спешите  И на дно нас не тяните….  *Второй раз, то же в другую сторону*  Раз-два, раз-два  Налетела вдруг волна!  Наш корабль закружила  И на дно нас опустила.  *Педагог поднимает парашют.*  - Ребята мне кажется, что мы погрузились под воду, последняя волна была такая сильная!…вокруг нас подводный мир….я даже не могу представить, кого мы можем здесь встретить. Кто же живет под водой?  Как же хорошо вы знаете жителей подводного мира, а может, мы с ними поиграем. Давайте мы будем плавать как водолазы под водой, но как только я назову, например**: краб**, то вы все должны будете все сделать так (педагог показывает, дети повторяют), **морской конек, осьминог, водоросли, кальмар.**  Дети двигаются под музыку, в паузе выполняют упражнение заданное педагогом.  - Здравствуйте гости дорогие, разрешите представиться, я морской царь!  - Здравствуй, царь морской! Так это ты наш корабль на дно утянул?  - Точно, я!  - А зачем? Мы с ребятами путешествовали…  - а скучно мне одному, рыбы надоели, а с осьминогами и кальмарами играть не интересно – всегда они выигрывают, а вот путешественники… всегда что-нибудь интересненькое знают. Вот покажете мне какую-нибудь игру веселую или еще чего дивного, вот тогда отпущу вас, а без моего ведома, да царского разрешения не видать вам света белого!  - Ребята я знаю одну игру, в которую могут играть рыбки царя морского, давайте мы в нее поиграем, может ему понравится.  Дети встают к парашюту, каждый выбирает себе определенный цвет.  - Все мы превратились в рыбок, а это рыболовный невод – сеть. Мы сейчас начнем раскачивать невод, плавными движениями рук: высоко вверх, а потом дадим ему плавно опуститься вниз, важно не тянуть вниз парашют. Когда невод будет внизу. Я назову два цвета, и рыбки, которые держаться за этот цвет невода должны осторожно проплыть под неводом и поменяться местами. Будьте осторожны – рыбки не должны столкнуться, а то царю игра не понравиться и он нас не отпустит.  - Эх, интересная игра! Но в нее мои рыбы будут играть, а вы покажите-ка игру веселую, в которую я смогу играть тоже, и осьминоги и русалки.  Дети берут мешочки, кладут на голову.  - Ребята я под музыку буду показывать вам движения, а вы должны будете повторять их, самое главное не уронить мешочек с головы, и не держать его руками, а у кого он упадет садиться сразу на пол.  1-ый раз ведущий педагог, 2-ой раз ребенок.  «Ай, молодцы! Вот это игра! Вот это веселье! Что ж, повеселили вы меня! Я вот тоже придумал задание для вас, выполните его и я вас отпущу. Во время урагана жемчужины выкатились из своих раковин, надо их на место вернуть, но только не руками, не ногами, а плавниками! Возьмите плавнички и закатите жемчужину в раковину. Только, чур, жемчужину ни руками не плавником не трогать. Вот вам задача!  Педагог: - вот он нам задачу задал, как же нам выполнить его условие: и жемчужину в раковину вернуть и не трогать ее? Дети вместе с педагогом ищут решение.  Дети с помощью веера-плавника закатывают шарики на ракушку и относят ее на скамейку.  - Молодцы! Справились! Спасибо вам, повеселили меня, отпускаю вас, и в награду подарю вам сундук с монетами. Берите свой волшебный парашют, поднимайтесь наверх, плывите домой – вас никто не остановит. Прощайте!  Дети берут сундук, ставят его под парашют.  Это (мяч) наш корабль, он поплывет по волнам. Мы будем плавно опускать или поднимать руки и тогда наш корабль поплывет, важно, чтобы он не наскочил на рифы, т.е. не вылетел с парашюта, если мы не будем делать резких движений, то плаванье корабля будет спокойным  Вот и закончилось наше путешествие, надеюсь вы не жалеете, что согласились отправиться в него вместе со мной. Ведь только самые смелые и любознательные не бояться приключений, познают наш удивительный мир. А те, кто сидит дома и боится трудностей, проживет свою жизнь скучно. Я желаю вам всегда быть веселыми, неунывающими, любопытными и отважными. До свидания! |