

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 19 «Рябинка»**

658204, г. Рубцовск, ул.Комсомольская, ул.Киевская, 3

тел.: (38557) 7-59-69, 7-59-70

E-mail: ryabinka.detskiysad19@mail.ru

Конспект непосредственной образовательной деятельности

Тема: «Морское путешествие»

подготовительная к школе группа

Разработала: инструктор по физической культуре

Загурская Ксения Викторовна

2020г.

Цель: воспитание у детей желание заниматься физической культурой.

Задачи:

1. Развитие общей выносливости.
2. Совершенствовать навыки ползания на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках; лазания; сохранять равновесие при ходьбе по канату.
3. Упражнять в беге «змейкой»
4. Развивать навыки совместных взаимодействий.
5. Повторить и уточнить имеющиеся знания о профессии моряк.

Оборудование: гимнастические скамейки (2 штуки), канат, кегли (10штук), туннель, сигнальные карточки, сундук с атрибутами для игры «Моряк» (акваланг, 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».

Ход НОД:

Вводная часть

Построение в шеренгу (дети матросы).

Перестроение в колонну по одному:

-На – право!

«Морской парад» (разновидность ходьбы)

- Обычная ходьба.
- По диагонали на носках.
- По диагонали на пятках.
- По диагонали спиной вперед.

«Учебная тревога» (бег).

- Обычный.
- Змейкой.

«Отбой учебной тревоги» (ходьба)

- Обычная.
- Перестраиваясь в колонну по - три .

ОРУ «Мы - матросы»

«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).

«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.

«У штурвала»

И.п. – стоя ноги врозь, руки перед грудью, локти вниз (держим штурвал);

1-2 - наклон вправо

3-4 - тоже влево.

«Поднять якорь»

И.п. – стоя ноги врозь, руки на поясе.

1-2 – наклон вперед коснуться руками пола.

3-4 И. п.

«Спустить шлюпки» (гребля)

И.п. – сидя согнув ноги, руки в упоре сзади.

1-2 – не отрывая стопы от пола, сгибая руки, лечь на спину;

3-4 – выпрямляя руки, вернуться в исходное положение.

«Матрос взбирается по реям».

И. п. – лежа на спине, руки к плечам.

1-3 – сесть, имитируя движения руками, как при лазании по канату

4 – И. п.

«Плавание брасом»

И. п. – лежа на животе, руки вверх;

1 – поднять голову, верхнюю часть туловища, руки вверх;

2- 7 – движение руками, имитируя плавание брасом

8 – И. п.

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.

2 станция. «Переход на соседнюю мачту»

Переход по канату, лежащему на полу, стараясь не потерять равновесие, не касаться пола.

3 станция. «Спуск в трюм»

Проползание в туннеле.

4 станция «По скользкому трапу»

Проползание на животе по гимнастической скамейке, потягиваясь на руках.

5 станция «Между подводными рифами»

Бег «змейкой» между кеглями, не задевая их.

- Шторм закончился и матросы отдыхают. Как они отдыхают? (*Ответы детей*)

Подвижная игра «Акула»

Выбирается водящий. Он становится акулой Дети стоят на скамейке.

Площадка это море. По сигналу дети прыгают в море и изображают, что плавают. По сигналу: «Акула!», водящий старается поймать тех детей, которые не успели встать на скамейку. Когда будет поймано 3-5 детей, выбирают нового водящего.

Заключительная часть

Релаксация «Сон на берегу моря».

Дети ложатся на коврики и слушают шум моря (запись).

- Вы спите и вам снится 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 акваланг, бинокль, штурвал, якорь. С находкой уходят играть в группу.