Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детски сад №38 «Тополёк» п.Бреды

 **Конспект физкультурного занятия по теме**

 «**Подводный мир»**

 **( старшая группа,с использованием мультимедийных технологий)**

 Подготовила Воспитатель

 Иванова Д.Н.

 2022г

Цель: Формирование у детей осознанного отношения к своему **здоровью и потребности к здоровому образу жизни**.

Задачи:

Образовательные:

- расширить знания детей о факторах, способствующих укреплению **здоровья**,(движения выполняются по кругу 1-2 раза)

Развивающие:

- развивать чувство ритма, точность и координацию движений, ориентировку в пространстве, ловкость, слуховое восприятие, воображение и познавательный интерес;

- обогащать и активизировать словарный запас детей;

- развивать диалогическую речь;

- развивать правильное физиологическое дыхание.

Воспитательные:

- повышать интерес детей к **физкультурным занятиям**;

- вызвать интерес к обитателям **подводного мира**;

- воспитывать терпение, выдержку, уважение к старшим и сверстникам.

Оборудование: модули,канат,мячи или шары,скамейка,дорожка

Ход занятия

Дети входят в зал.

В.На месте стой .Равняйсь.Смирно!

В.Здравствуйте ребята!Сегодня к нам пришли гости посмотреть на вас какие вы умнички!Давайте поздороваемся с нашими гостями.

Д.Здравствуйте!

В.Давайте немного разомнёмся!

В.На право раз,два. За направляющем в обход по залу шагом марш!Ходьба на носочках руки вверх, -ходьба с высоким подниманием колена, руки в стороны,  ходьба полуприсядью, руки за спину, - бег на носочках, дышим через нос, - бег с захлестом, дышим через нос.

В.Востанавливаем дыхание  -дыхательная гимнастика: вдохнули через нос, развели руки в стороны-удивились; выдохнули через рот, руки опустили.

В.Расчитались на 1,2

Ребята мы с вами живём на голубой планете земля,А почему она голубая?

Д. Потому что на ней много морей ,озёр ,океанов и рек

В. На сегодняшнем занятии мы с вами совершим путешествие по этим водным просторам и познакомимся с их обитателями,будем имитировать движения рыб и животных,каторые обитают около воды и живут в воде.

В.Давайте с вами начнём наше занятие .Поворачиваемся друг к другу спиной и начинаем погружение,делаем перекаты обхватив ноги руками.Молодцы вот мы с вами и оказались на морском дне

1.По дну перебирая клешнями идёт краб,шевелит своими мохнатыми ногами. Лёжа на полу,согнуть колени, перебираем ногами в лево 1.2.3.4 ,в право 1.2.3.4.

2.Мимо проплывает стайка дельфинов,это очень дружные животные,они очень любят играть,лежа на спине взятся за руки перекаты в лево 1,2, в право 3,4

3.Мимо дельфинов проплывают морские звёзды и дельфины со звёздами решили поздороваться, лёжа на животе опереться на руки помахать сначало левой рукой потом правой.

4.Ещё мимо проплывает рыба Ёж колючая такая что руками не возьмёш, лёжа на животе взяться руками за щиколотки и прогнуть спину

5.Тут появилась длинная рыба,как ремень-плывёт извивается это рыба Змея,давайте покажем,ползём по пластунски назад,вперёд 1,2 раза

6.За ближайшими камушками проплывают Морские черепахи,они словно бронированные кораблики плывут точно к берегу.Встать на колени и логти проползти змейкой.

7.Откуда не возьмись появилась хищница акула,вышла она на охоту голодная,голодная думает кого же ей скушать,переплывает она через коряги.Встать на высокие четвереньки и пройти круг

8. Рядом с акулой плавают маленькие морские рачки,давайте и мы поплывём как морские рачки,рачки плавают задом на преёд,встаём на низкие четвереньки,ползём

9.Куда же делись Рачки ,а это вышла на охоту Каракатица,она плавает с помощью боковых плавников,садимся ,сейчас поплывём с вами как Каракатицы.Согните руки,начинаем плыть,поднимая одно бедро,другое бедро.

10.Посмотрите проснулся Осьминог и делает зарядку для своих 8 ног щупалец,давайте повторим за ним его упражнения,садимся на скамейку,руки на коленях и по ней передвигаемся,передвигая сначала одну ногу потом другую

11.Посмотрите на морском дне необыкновенный цветок-это Актиния.Стоит этот морской цветок и качается,куда движение воды течёт,туда он и качается.Встаём на коленочки ,спинка прямая,руки на пояс,наклоны назад.

12.Мы с вами долго плыли и не заметили как оказались на Южном полюсе,там очень холодно и много снега,но и там есть жизнь,там живут Морские котитки,посмотрите лесбище Морских котиков ,завели они свой танец,давайте вместе с ними потанцуем.Берёмся за руки идём приставным шагом по кругу,на коленях, по берегу идём,они очень не уклюжие,но в воде очень быстрые

13.Посмотрите не далеко от Морских котиков расположились Пингвины,это папа Пингвин высиживает своих будущих детёнышей,они носят яйца между ногами и греют их,давайте поробуем с вами походить как папы пингвины,мячи между коленями руки в стороны

14.А мамы Пингвины отправляются в далёкое,сложное путешествие за рыбой,они идут по узенькой узенькой тропинке около обрыва ,прыгают с льдины на льдину во время ледохода,идут по глубокому снегу след в след.Идём сначала по канату,прыжки по модулям,хождение по дорожке со следами

14.Вот какое долгое было у нас свами путешествие,но нам пора в детский сад,сейчас сделаем круг,садимся в позу Лотоса,руки на коленях,спина прямая,делаем маленький вдох носом и длинный длинный выдох ртом,мы с вами подышим морскими ароматами.

**Подвижная игра***«Морские фигуры»*.

Включается музыкальное сопровождение веселой музыки, дети разбегаются по залу, выполняя различные задания (подскоки, шаги галопа, бег на носках, бег с высоким подниманием бедра, бег с за хлестом голени). Как только музыка останавливается дети замирают, изображаю любую *«морскую фигуру»*. *(проводится 3-4 раза)*

Рефлексия

В.Ребята вам понравилось наше путешествие?

Д.Ответы детей.

В.Ребята несмотря на то что путешествие было трудным,вы все справились,вы большие умничики!!!!!!