

**Конспект сюжетного физкультурного занятия
для старшей группы
«Морское путешествие»**

составил инструктор по физкультуре Кравченко Н. А.

Цель: доставить удовольствие детям и родителям от совместной деятельности. Закрепить умение прыгать из обруча в обруч, прокатывать мяч между предметами. Упражнять в равновесии.

Материал и оборудование: кегли, кирпичики, скакалка, скамейка, обручи.

Ход занятия:

Ф: Сегодня, мы с вами отправимся в подводное царство. А можно ли путешествовать без взрослых.

Д: нет.

Ф: Тогда пригласим с собой наших родителей.

Мамы, папы выходите. С нами путешествовать хотите?

Построение.

Словесное сопровождение	Движения
Мы веселым ручейком В гости в сказку приплывем.	Обычная ходьба
Ручеек звенит, журчит,	Легкий бег
Быстро, весело бежит.	Бег между предметами змейкой
Скачут капли - капитошки Поднимаем выше ножки.	Бег с высоким подниманием колен
Вот уже течет река, Широка и глубока.	Ходьба на носках, руки в стороны
К морю подбирается, Шире разливается.	Построение в круг

ОРУ

Словесное сопровождение	Движения
И вот перед нами море. Бушует, шумит на просторе.	И.п. о.с. Волнообразные движения поднятыми вверх руками
А в море высокая ходит волна, Вверх до небес, Вниз до дна.	И.п. о.с. Поднять руки вверх через стороны Подняться на носки, присесть, коснуться руками пола.
Качает вода сонная водоросли зеленые.	И.п. Ноги на ширине плеч, руки опущены вниз. Наклоны вправо-влево, руки скользят по бокам.
Вправо качает, и влево качает, Откинёт назад и наклонит вперед.	И.п. о.с. Поднять руки вверх, откинуться назад, наклониться и коснуться руками пола, выпрямиться
В сонной темной глубине дремлет камбала на дне, Шевельнется, поплывет и опять на дне уснет.	И.п. Руки под подбородком. Отвести руки назад, наклониться, вернуться в и.п.
Крабы разбрелись по дну, Ходят не толкаются, К знакомым осьминогам в гости направляются	Ходьба в присяде вокруг себя
У осьминога много ног Их поднимает осьминог. Вверх – вниз, вверх – вниз, хватит, угомонись.	Сидя поочередно поднимать прямые ноги.
А морские коньки резвы, быстры, легки. Не угонишься за ними, до того они легки.	И.п. о.с. Руки на поясе. Подскоки.

Игра на восстановление дыхания «Море волнуется раз».

Море волнуется – раз,
Море волнуется – два,
Море волнуется – три,
Морская фигура на месте замри.
А если качнется фигура,
Фигуру проглотит акула!

ОВД

Ф: А знаете, какие морские животные не боятся акул?
Это дельфины.

Словесное сопровождение	Движения
Скачут весело дельфины Подставляют спину, спину	Прыжки из обруча в обруч
На волнах качаются, Морю улыбаются	Прокатывание мяча между предметами
На волну три прыжка Под волну три прыжка В колокольчик позвонить И опять назад приплыть	Ходьба по скамейке

П/игра «Рыбак и рыбка»

И.м.п. «Передай рыбку»