

**Презентация мероприятия  
совместной деятельности детей и взрослых  
для старшего дошкольного возраста  
«Морское путешествие»**

***Использованы здоровьесберегающие технологии:***

- Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой
- Ритмопластика А.И.Бурениной
- Игровой стретчинг А.Назаровой

***Информационно-коммуникационные  
технологии:***

- презентация «Морское путешествие»

Санкт-Петербург  
ГБДОУ № 100 Калининского района  
Ефременко И.А.



## Задачи:

1. Упражнять детей в ходьбе, беге, прыжках на батуте, подлезании под дугу.
2. Развивать ловкость, выносливость, продолжать развивать двигательное воображение, используя карты-схемы.
3. Создать у детей положительный эмоциональный настрой.
4. Воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи.
5. Доставить детям радость и удовольствие.



## 1 часть- вводная

**Ведущий:** Ребята, сегодня мы отправимся в морское путешествие. Нас ждут хорошее настроение, веселые соревнования, интересные игры.

И так, вперед!

А поплывем мы на корабле!

# Игровой стретчинг А.Назаровой Упражнение «Кораблик»

И.П. Лечь на живот, руки вдоль туловища.

1. Ухватить руками ноги выше щиколотки. Прогнуться, поднимая голову, грудь и бедра насколько возможно.

2. Вернуться в И.П. Дыхание : вдох в 1-ой фазе, выдох во 2-й.

Динамический вариант: раскачивание на животе.

## Дыхательное упражнение "Ладочки"

И.П.: станьте прямо, согните руки в локтях (локти вниз) и "покажите ладони зрителю". Делайте шумные, короткие, ритмичные вдохи носом и одновременно сжимайте ладони в кулаки (хватательные движения).

Подряд сделайте 4 резких, ритмичных вдоха носом (то есть "шмыгните" 4 раза). отдохните 3-4 секунды; Сделайте еще 4 коротких, шумных вдоха и снова пауза.



## Элемент ритмопластики

## Музыкально-пластическая композиция

## «Голубая вода» Муз. Поля Мориа

(«Ритмическая мозаика»

стр.160 , № 85)

**Ведущий:**

А теперь морская разминка!  
фонограмма №1

**Ведущий:**

Ребята, куда это мы с вами приплыли.  
Здесь жарко, пальмы растут, лианы свисают, а вокруг море  
бушует.

Что же это?

**Дети:** Остров!



**Ведущий:**

Интересно, есть здесь кто-нибудь или он необитаемый.  
( За дверью слышатся шум, крики. Появляется пират.  
В руках вертит пистолетом. Достает нож.).

*Звучит музыка из “Пиратов Карибского моря”- фонограмма №2*

**Ведущий:**

Ребята, вы узнали ,кто это?

**Дети:** Пират!

**Пират:** Это я.

Кто нарушил мой покой?

Кто устроил шум и вой? (*смотрит в подзорную трубу*)

**Ведущий:**

Это ребята из детского сада. Мы занимаемся физкультурой, чтобы  
быть сильными и здоровыми.



## **Пират:**

Ага, рассказывайте, меня не обманешь. Вы ищете клад, который зарыл старый пират, но у вас ничего не выйдет. Я сейчас с вами разделаюсь. (достаёт ножи)

Ваша песенка спета!

## **Ведущий:**

Уважаемый пират! Мы и, правда, вас не обманываем. Мы не кладоискатели, а просто ребята-спортсмены. Мы любим заниматься физкультурой и спортом. Посмотрите, какие ребята у нас стройные, подтянутые.

## **Пират:**

А вы мне нравитесь. Я, пожалуй, возьму вас в свою команду, и вы мне поможете отыскать мой клад. Но чтобы добраться до клада, нужно уметь дружно шагать друг за другом, след в след. Вы умеете?

**Ведущий:** Сейчас мы тебе покажем.



## **Задание №1 Упражнение «Следы»**

Дети друг за другом шагают по следам на другую сторону зала.  
Обратно дети шагают , держась за правое плечо впереди стоящего.

**Фонограмма №3**

**Пират:**

Вы молодцы! Отлично идете!  
И скоро до цели конечно дойдете.

**Пират:**

Ой, ребята, а что это такое! Наверное, это мостик для капитана  
(встает на батут, смотрит вдаль) **Дети:** Нет!

**Пират:** А, я знаю, это такой якорь для корабля!

**Дети:** Нет!

**Пират:** Что же это? **Дети:** Батут!

**Пират:** А-а, на нем поют! **Дети:** Нет!

**Пират:** Ну, тогда на нем сидят! Что же на нем надо  
делать?(отчаянно спрашивает)

**Дети:** Прыгать!



## 2 часть- основная

### *Задание № 2*

### *Эстафета «Дружная пара»*

Участники стоят парами. По сигналу первая пара бежит до батута, один игрок встает на батут и делает два прыжка, другой – держит его за руку. Добегают до стойки, оббегают её, добегают до батута и меняются ролями - первый игрок держит за руку, второй – прыгает.

Пара возвращается бегом к команде и встает в конец колонны.

*Звучит музыка «Песня пиратов»  
(из м/ф «Лентяево»)*

*фонограмма №4*



## Дыхательное упражнение «Обними себя»

И.П.- стоя, руки согнуты в локтях перед грудью.  
Свести руки, при этом правая рука  
то сверху, то снизу;  
вдох резкий ,  
выдох происходит  
автоматически,  
через слегка приоткрытый  
рот.



## *Задание № 3*

### *Эстафета «Сигнальщики»*

Первый участник стоит в обруче около ориентира. В обруче разложены карточки, обозначающие разное положение рук. Второй участник бежит до батута, встает на него, делает два приседания и выполняет движения руками, соответствующие карточке, которую показывает первый участник. Спрыгивает с батута, бежит до обруча и меняет первого игрока. Первый игрок возвращается к команде и встает в конец колонны. Бежит следующий.

*Звучит музыка*

*фонограмма № 5*

*Песня «Если море меня позовет»*



# Игровой стретчинг А.Назаровой

## Упражнение «Морская звезда»

И.П. Встать прямо. Ноги поставить чуть шире плеч.

Руки развести в стороны .

1-Медленно наклониться вправо, не сгибая ног и рук, коснуться правой рукой правой ноги, посмотрев на ладонь вытянутой вверх левой руки.

2-И.П.





## Подвижная игра «Волна»

**Пират:**

А сейчас мы поиграем с волной (берет голубую ткань)

Надо пробежать под волной три раза.

(пират и ведущий натягивают ткань- «волну», имитируют движение волны, дети пробегают под «волной»)

Звучит музыка песни «Ах, это море»-фонограмма № 6

**Ведущий:**

А теперь волна утихает,

становится меньше

(ткань опускается

вниз, дети должны

перепрыгнуть через «волну»)





## 3 часть- заключительная

Ведущий:

А теперь заключительная игра!

(Дети строятся в круг)

**Коммуникативная игра “Плыли мы на корабле”**

Дело было в октябре, плыли мы на корабле.

По реке, по морю плыли, много нового открыли.

В море – ветер, не боялись, за мизинчики держались!

Слова повторяются со сменой последней строки:

В море – волны, не боялись, мы за плечики держались!

В море – буря, не боялись,  
мы за спинки все держались!

В море – шторм, мы не боялись,  
за коленочки держались!

В море – дружба, не боялись,  
мы за ручки все держались,  
никогда не расставались!



# Дыхательное упражнение «Очищающее дыхание» - «Ха-дыхание»

И.П.- стоя, руки опущены вниз. Сделать полный вдох, а затем резким усилием выдохнуть воздух через широко раскрытый рот с резким звуком «ХА!»

## **Пират:**

Вот теперь пора расстаться!  
На море надо возвращаться.  
Меня приключения ждут, друзья.  
Всем счастливо и пока!



## Литература:

1. Л.Д.Глазырина, В.А. Овсянкин  
«Методика физического воспитания детей дошкольного возраста», Москва, «Владос», 2005.
2. Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина  
«Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет», Москва, «Владос», 2004.
3. С.Н.Кучкин «Дыхательные упражнения в спорте», Волгоград, 1991.
4. К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду», Москва , 2008.
5. М. Н. Щетинин «Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой», Москва, 2007
6. <http://mp3sort.com>
7. [www.solnet.ee/](http://www.solnet.ee/)

## **Фонограмма:**

№1. Музыка Поля Мориа

Разминка

№2. Песня из к\ф «Пираты Карибского моря»

Выход пирата

№3. Песня «Веселая пиратская»

Упражнение «Следы »

№4. «Песня пиратов»(из м/ф «Лентяево»)

Эстафета «Дружная пара»

№5. Песня «Если море меня позовет»

Эстафета «Сигнальщики»

№6. Песня «Ах, это море»

Игра «Волна»

№7. Песня «Волна»

Эстафета «Меткий моряк»

№8. «Пираты Карибского моря»

сундук