

# Динамический час в подготовительной группе

## Тема: «Морское путешествие»

Задачи: повысить двигательную активность детей, эмоциональный фон настроения, обучать детей навыкам массажа.

Коррекционные задачи: развивать зрительное и слуховое восприятие и произвольное внимание, профилактика плоскостопия, коррекция осанки, обучение правильному дыханию.

### ХОД:

- Ребята, хотите поиграть? А кем мы будем сегодня в нашей игре, вы узнаете, отгадав **загадку**:

«По морям, по океанам я плыву на корабле, И гудками шлю приветы - всем, кто ходит по земле. Знает маленький и взрослый - море - это не пустяк, Но я смелый, сильный, ловкий, Потому, что я – ...(моряк)!»

- Правильно, ребята! Моряк! Я предлагаю нам отправиться в морское путешествие, где все мы будем отважными моряками

- Ребята, только моряки носят тельняшки, что это за одежда?

- Чтобы быть настоящими моряками мы сейчас тоже примерим тельняшки. Мы нарисуем её полоски с помощью ладошек. Вот так!

Педагог показывает, дети выполняют. **Выполняется самомассаж.**

- Ну, вот теперь мы можем отправляться в плавание. А чтоб все знали, что мы отчаливаем, мы дадим гудок: прикладываем руки ко рту – это рупор, делаем короткий вдох через нос и длинный выдох через рот со звуком «У-У-У». Выполняем **дыхательное упражнение «Гудок»** (музыкальное сопровождение)

- Первая остановка на нашем пути «Утиная». Жители этой страны – утки и они приглашают вас на веселую разминку. Проводиться **разминка**. (музыкальное сопровождение «Танец маленьких утят»)

- Внимание, ребята. Впереди айсберг – ледяная глыба, при столкновении с которой может разбиться наш корабль, но моряки - это очень внимательные люди, им нужно вовремя увидеть приближающийся айсберг, берег, корабль, идущий на встречу или поднимающиеся волны. Давайте проверим, внимательны ли вы? Поиграем **в игру «Берег, айсберг, море»** На сигнал «Берег» - делаем шаг назад; На сигнал «Море» - делаем шаг вперед; На сигнал «Айсберг» - поднимаем руки, складываем их как айсберг. Проводится игра «Берег, айсберг, море».

- Молодцы, никакой айсберг нам не страшен (музыкальное сопровождение) - Плыли мы, плыли, и тут на пути у нас стая рыб. Будем

ловить рыбу. Моряки очень дружный народ, быстрый и ловкий. Предлагаю и вам потренироваться в ловкости, подвижности, ну и во внимательности.

### **Подвижная игра «Рыбак и рыбки»**

#### **Ход игры:**

Очерчивается «пруд» - площадка, за пределы которой выходить нельзя. Дети плавно разводят руками: «рыбки плавают». Двое «рыбаков» растягивают скакалку - «сеть» и пытаются окружить и поймать «рыбок». Те, кого коснулась скакалка, выходят из игры. Когда будут пойманы все «рыбки», игра повторяется. Дети меняются ролями.

- Ну, вот, сколько много рыбы поймали. А сейчас я вам предлагаю погрузиться в загадочный подводный мир, посмотреть как живут глубинные обитатели.

### **Подвижная игра «Караси и щука»**

#### **Ход игры:**

Один ребенок выбирается «щукой» и находится за кругом. Остальные играющие делятся на две группы: одна из них - «камешки» - образует круг, другая - «караси», которые плавают внутри круга. По сигналу воспитателя: «Щука!» - ведущий быстро вбегает в круг, стараясь поймать «карасей». «Караси» спешат поскорее занять место за кем-нибудь из играющих и присесть («караси» прячутся от «щуки» за камешками). «Щука» ловит тех «карасей», которые не успели спрятаться. Пойманные дети уходят за круг. Затем выбирают новую «щуку». Дети, стоящие по кругу и внутри него, меняются местами, и игра повторяется.

- Вот как, оказывается, интересно живут морские обитатели. Молодцы, весело и дружно поиграли! (музыкальное сопровождение)

- Плыдем дальше. Вдруг море разбушевалось. Что делать??? Но настоящие моряки всегда знают, что в таких ситуациях надо предпринять. Давайте и мы с вами разучим *игру «Морские волны»*. Красная карточка означает, что на море шторм – море шумит, волны накатывают, нужно бегать, даже хлопать в ладоши, жёлтая карточка – спокойное море – спокойно ходим, в разных направлениях, синяя карточка – штиль на море, море замирает, и нам нужно замереть, можно сесть или лечь. Проводится игра «Морские волны». (музыкальное сопровождение) –

- На пути долгожданный берег, но что бы на него попасть, нужно нырять с корабля и плыть на берег. Чтобы дольше плавать под водой, нужно правильно дышать - делаем короткий вдох через нос «ныряем» приседаем, обхватываем колени и медленно выдыхаем через рот. Проводится *дыхательное упражнение «Ныряльщики»*.

- Ну и вот, все препятствия преодолены, мы весело играли и правильно выполняли команды и наш корабль причалил обратно к берегу в наш детский сад. Молодцы, я благодарю вас за интересное путешествие и предлагаю вам выпить вкусного сока. (музыкальное сопровождение)



Подготовила: Кубышкина Г.Н.