**Образовательная игровая ситуация**

**«ПУТЕШЕСТВИЕ ПО АРКТИКЕ И ТУНДРЕ»**

**(для детей старшего дошкольного возраста)**

**Цель: привлечение детей к занятиям физической культурой с помощью физических упражнений и интеллектуального развития.**

**Задачи:**

**- способствовать профилактике нарушения осанки и плоскостопия, укреплению опорно-двигательного аппарата;**

**-развивать координацию движений детей, мелкую моторику, воображение, психофизические качества; быстроту, ловкость, равновесие, ориентировку в пространстве, творческие способности;**

**- совершенствовать технику выполнения упражнений, ходьбы с преодолением препятствий, лазанья по гимнастической скамейке;**

**- расширять представления о географическом расположении северного полюса (размещение на глобусе), о растительном и животном мире, климате;**

**- развивать у детей интерес к познанию окружающего мира, знакомить с особенностями природных условий крайнего Севера;**

**- учить устанавливать причино-следственные связи между средой обитания и жизнью животных; развивать мышление, память, способность к умозаключением;**

**- воспитывать бережное отношение к животным и птицам, чувство коллективизма, сопереживания, любознательность, желание познавать окружающий мир.**

 ***Предварительная работа:*  Ознакомление с животными Севера, глобусом. *Оборудование:*  ребристая доска, массажные коврики, гимнастическая скамейка ; обруч-«озеро» для рыбок, презентация по теме «Животный и растительный мир Крайнего Севера и Тундры», музыкальное сопровождение.**

**Ход праздника**

**Ведущий: Игра это на вниманье.**

**Покажите все мне знанья:**

**Что зимою не бывает –**

**Вы в ответ мне топайте,**

**А когда наоборот –**

**Громко все похлопайте.**

**В снежки играете с друзьями?.**

**Может, сходим за грибами?...**

**На санках с гор катаетесь?...**

**И в речке все купаетесь?...**

**Лыжи будем доставать?...**

**А кораблики пускать?...**

**Шубы надо одевать?...**

**Или будем загорать?...**

**Вы хотите на каток ?...**

**А сорвать в лесу цветок?...**

**Елку будем наряжать?...**

**А малину собирать ?...**

**Зима – отличная пора?...**

**Отвечайте громко …(Да!)**

**Загадка**

**Отгадайте-ка, ребятки,**

**Вот про что моя загадка.**

**Ни начала, ни конца,**

**Ни затылка, ни лица.**

**Знают все и млад и стар,**

 **Что она – большущий шар.**

 ***(Земля)***

**Правильно, ребята! Вы уже знаете, что глобус – уменьшенная модель Земли. А я вам расскажу, что его - «макушка» выкрашена белым неспроста. Обратите внимание – снизу глобус тоже белый. Так обозначены на глобусе и на карте две противоположные полярные области Земли: самая северная и самая южная - Арктика и Антарктида. Сегодня, мы с вами отправимся в путешествие на Северный Полюс. В Арктику!**

**Арктику омывает Северный Ледовитый океан, и он почти весь скован толстым, крепким льдом. Здесь на Крайнем Севере, в Арктике, лёд никогда на тает. Как вы думаете почему?** *(****ответы детей: очень холодно, мало солнца)***

**Верно! Лед здесь не тает, потому что коротким полярным летом солнце не поднимается высоко, его нежаркие лучи отражаются ото льда и снега. Растопить лед такое солнце не может. Зимой здесь круглые сутки темно – ночь. Такая продолжительность называется «полярной».**

 **Летом и зимой Арктика бела от снега и льда. Вот поэтому макушку глобуса покрасили в белый цвет.**

 **Холоднее места не найдешь во всем мире. Студёный ветер наносит новые горы снега. Под собственной тяжестью снежные сугробы утрамбовываются и превращаются в лед. И так из века в век.**

**Ребята, отправляемся в путь. Не бойтесь трудностей ведь мы друзья и будем помогать друг другу.**

**Только слабеньким, друзья,**

**В наш поход идти нельзя!**

**Массаж биологически активных зон**

**«Неболейка»**

***(для профилактики простудных заболеваний)***

|  |  |
| --- | --- |
| **Слова**  | **Движения** |
| **Чтобы горло не болело,** | ***Дети гладят ладонями шею сверху вниз.*** |
| **Мы его погладим смело.****Чтоб не кашлять, не чихать,****Надо носик растирать** | ***Указательными пальцами растирают крылья носа.*** |
| **Лоб мы тоже разотрем,** **Ладошку держим козырьком.** | ***Прикладывают ко лбу ладони «козырьком» и растирают его движениями из стороны в сторону.*** |
| **«Вилку» пальчиками сделай,** **Массируй уши ты смело.** | ***Указательными и средними пальцами растирают точки перед и за ушами.*** |
| **Знаем, знаем – да, да, да!****Нам простуда не страшна!** | ***Потирают ладони друг о друга.*** |

**Готовы? Молодцы! А чтобы не заблудиться в дороге, будем сверять свой путь по карте.**



**Мы живем вот здесь *(указывает место на карте)***

**г. Новосибирск, на р. Обь.**

**Вот по берегу оби и отправимся на Север.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Слова** | **Движения** |
| **Пришла Матушка Зима,****Льдом покрыла Обь она** | ***Ползти по гимнастической скамье подтягивая себя двумя руками*** |
| **Все метелью замела.****По сугробам мы идем****В лес дремучий напролом.** | ***Шагают, высоко поднимая ноги*** |
| **Вот синичек увидали****И им ручкой помахали.** | ***Машут рукой*** |
| **А синички нам кивнули****И за сосны упорхнули.****Мы же руки все подняли****И, как птички, полетали.** |  ***Руки в стороны, «летают»*** |
| **Прилетели на полянку****И окинули все взглядом.****Прибежал тут волк серый,****Начал по поляне бегать.** | ***Бегут на месте*** |
| **Мы за ним подскоками,****Мы за ним прискокам** | ***Скачут подскоками*** |
| **Будем, будем догонять,****Будем весело скакать****Сначала правою ногой.** | ***Прыгают на правой ноге*** |
| **Потом левою ногой .** | ***Прыгают на левой ноге*** |
| **А потом подскоками****За мной! За мной! За мной!** | ***Скачут подскоками*** |
| **Налетели к нам снежинки,****Эти легкие пушинки!****С ними вместе закружились** | ***Кружатся*** |
| **И на землю опустились.****Руками захлопали.** |  ***Хлопают*** |
| **Ногами затопали.** | ***Топают*** |

**Вот до Тундры мы дошли,**

**Все преграды позади.**

**Не цветет здесь мак и клевер**

 **Это царство снега -**

 ***(север)***

**Питаются олени – ягелем, олений мох.**

**Упражнение «Олени». *(музыкальный фрагмент)***

***Входит Белый медведь.***

**Рад вас приветствовать, друзья!**

**Песня о белых медведях. *(гимнастика для ног)***

**Белый медведь.** **В океане темно-синем,**

 **Лапой выудив моржа,**

 **На полярной скользкой льдине**

 **Я дрейфую не дрожа.**

 **Покажу вам все, что знаю. В Арктике большие айсберги из снега и льда.**

**Музыкальное упражнение «Волны океана». *И.п. – стоя, руки в замок.***

***Поочередно волнообразно поднимать и опускать руки*.**

**Среди льдов живут киты, тюлени и моржи. Но обо всем по порядку.** **Зимой в Арктике не бывает ни утра, ни дня, ни вечера: круглые сутки – ночь. И тянется она полгода. Украшает ее северное сияние.**

**В центре Арктики весь покрытый льдом находится Северный Ледовитый океан.**

**Игры Белого медведя**

**Животный мир этого холодного края очень разнообразен. Познакомимся с ним поближе.** **Давайте, построимся в две команды. «Льдинки» и «Снежинки». За правильные ответы и победу в эстафетах, команды получают призовые очки.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Животное** | **Эстафета** |
| **Зверь морской клыкастый,****Вместо ног - ласты.****Прыгай прорубь, не дрожи,****Закаляйся, как …(моржи).** | **Ходьба в «лыжах»** **На ногах «лыжи», дойти до стойки, снять лыжи, бегом вернуться в команду и отдать «лыжи», следующему игроку.** |
| **Может плавать целый день****В ледяной воде тюлень.****На холодном льду лежит,****И не мерзнет, не дрожит!****Питается тюлень рыбой. Хорошо плавает, ныряет. Вместо ног у него ласты.** | **Бег за рыбой. В конце дистанции , на полу обруч с «рыбой - мешочками». По очереди подбежать, «поймать рыбку», принести в команду, положить в контейнер.** **Передача эстафеты касанием за плечо.** |
| **Дыхательное упражнение «Кит»****Носиком сейчас вдохни****И дыханье задержи.****Выдыхаем воздух ртом,****«Пых» мы говорим потом.****Питаются большие киты - маленькими рачками.** |
| **Много опасностей таит океан. Откалываются большие глыбы льда и дрейфуют по холодным водам.****Но опасность не только над водой, а и под водой.** | **Бег «Между айсбергами»****Бег змейкой между фишками. Передача эстафеты касанием за плечо.** |
| Животные, которые дышат воздухом, должны находить во льду полыньи, чтобы всплывать и делать вдох. | **По команде «Кит!» приседают, после максимального вдоха делают максимальный выдох и задерживают дыхание, как можно дольше, затем встают, делая вдох.** |
| **И снова мы в тундре. Здесь главные** **Волк и Песец.** **Охотятся они на****маленького Леминга.** | **Бег «Погоня»****(передача эстафеты касанием за плечо)** |
| **Самый крупный хищник на земле – житель Арктики, белый медведь.****Его рост – 2.5 м, а вес – 450 кг. Столько весят 7 взрослых людей. Он не живет на одном месте. В поисках пищи белые медведи кочуют по глубокому снегу и по дрейфующим льдам.** **Белые медведи хорошо плавают.****Отлично ныряют.** **У белых медведей густой мех,****когда появляются детеныши в берлоге, тепло под толщей снега. Она защищает медвежат от ветра и холода.** | **Игра с мячом.****Ведущий стоит на расстоянии 2-3 м. напротив команды. Выполняет бросок первому игроку, тот бросает мяч обратно и уходит в конец команды.** |
| **Коротким полярным летом любит полакомиться ягодами** | **Собирание «Ягоды»****Брусника – красные мячики****Голубика – синие мячики****Обе команды собирают мячики определенного цвета, в контейнер. Побеждает команда первая собравшая свои мячи-ягоды.** |
| **А теперь, мои друзья,****Снегу вам подброшу я,****Чтобы вы в снежки играли,****В цель точнее попадали.** | **Метание «Снежки»****Смять бумагу в комок, выполнить бросок правой рукой, навесом сверху. Победа присуждается команде выполнившей наибольшее количество попаданий в контейнер.** |
| **Много птиц живет в Арктике, некоторые прилетают на время.**  **А вот белые совы остаются в Арктике на всю зиму. Поиграем с ней.** **Пальминг для расслабления глаз.** (дети растирают руки, ладонь о ладонь)**У совы глаза как плошки,****А не видят днем ни крошки.****А вот ночью эти плошки****Видят всё, всё, всё!****И была б сова не прочь,****Чтобы всякую минуту****Над землей стояла ночь!*****(Закрывают ладонями глаза)*** |
| **Деревья в тундру очень низкие и поэтому совы гнездятся на земле, обычно на небольшом возвышении, чтобы было удобно наблюдать за окрестностями. Они не сразу откладывают все яйца, потому и птенцы в одном гнезде могут быть разного размера.** | **Игра-эстафета****«Яйцо в гнезде»****Участники по очереди выполняют задание: по сигналу ведут клюшками мягкий тряпочный мяч – «яйцо» - «змейкой» между фишками и загоняют его в плоский обруч «гнездо». Бегом возвращаются к своей команде и передают клюшку следующему. Побеждает команда, быстрее спарившаяся с заданием.** |
| **Подведение итогов.** |

 **Белый медведь. Сегодня вы получили звания о животном и растительном мире Крайнего Севера, узнали о климате Северного полюса. До свидания!**

**Ведущий. Мы возвращаемся в детский сад.**

**Упражнение «Костер»**

**Дети садятся на ковер вокруг «костра».**

**По команде:**

**«Жарко!» дети отодвигаются от «костра»;**

 **«Руки замерзли!» - протягивают руки к «костру»;**

 **«Ой какой большой костер!» - встают и машут руками;**

**«Искры полетели!» - хлопают в ладоши;**

**«Костер принес дружбу и веселье!» - берутся за руки и ходят вокруг костра.**

 **Молодцы, ребята, вы отлично провели время!**

**.**

 **Литература**

**1.Егоров Б.Б., Кудрявцев В.Г. Развивающая педагогика оздоровления. М., 2000**

**2.Ефименко Н.Н. Программа «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного возраста». М., 2014.**

**3.Катрушина М.Ю. Быть здоровыми хотим. М.,2004.**

**4.Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью . М., 2002.**

**5.Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет. М., 2003.**

**6. Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 128 с.**