

Пальцем каждую потри.

*прокатывают его по четырем самым заметным линиям ладони.*

### **Рефлексия**

Педагог. По всем дорожкам успели проехать? Как себя чувствуют ваши руки? Отдохнули или устали? Для чего нужна такая игра?

### **Игровое творчество (вариативность)**

Меняется момент, когда прячется шарик. Можно играть в парах, произнося текст вместе и стараясь забрать шарик у партнера. Игра в тройках, когда третий ведущий произносит слова, и, только забрав шарик, становится участником, а потерявший — ведущим.

## **«Обитатели рек, морей и океанов»**

*РППС.* Цветные круги-метки для пола, гибкая палка (2—3 м), на конце которой закреплена рыбка-игрушка, прищепки (по количеству детей) и ленты (на пятерых), ткань.

### **Утренняя гимнастика «Волна»**

Педагог включает аудиозапись шума воды.

Педагог. Что это за звуки? Плывите ко мне.

### **Игровые действия**

Дети собираются вместе, двигаются врассыпную по площадке, изображая руками плавание (согнутые руки перед собой двигаются вперед-назад; согнутые руки впереди, выпрямить и развести в стороны; поочередные круговые движения прямыми руками).

Педагог. Вот мы и у берега, можно (*произвольные прыжки из приседа*) брызгаться и прыгать.

В игровых действиях используется песня о водоеме, по сюжету которой дети создают двигательный образ.

### **Рефлексия**

Педагог. Так что это был за водоем? Океан огромен и опасен, а река или озеро не опасны? Почему? Но мы все равно любим воду. Почему? И сегодня она помогла нам проснуться, стать бодрее и здоровее.

### **Игровое творчество (вариативность)**

Способы движения и взаимодействия под шум воды дети выбирают произвольно.

## **Физкультминутка «Дельфины и кит» (три круга-метки)**

Педагог. Вижу, мои «рыбки» подустали. Значит пора...? (*Подвигаться и поиграть.*)

### **Игровые действия**

Движения выполняются под текст всеми детьми независимо от роли.

При повторении игры пойманные «рыбки» встают в круг со всеми.

В море бурном, в море синем

*Дети, взявшись за руки (круг), поднимают и опускают руки.*

Быстро плавают дельфины.

*Три ребенка занимают метки внутри круга, кто успел — «дельфины».*

Не пугает их волна, рядом

*Приседают.*

Плещется она.

Проплывает мимо кит и

*Стоя, руки к голове, наклоны головы в стороны. Педагог ука-  
зывает ребенка на роль кита.  
Он продолжает произносить  
текст дальше.*

Дельфинам говорит:

«Вы, дельфины, не шумите,

*Наклоны прогнувшись, разводите  
руки в стороны.*

Рыбку быструю ловите».

*«Кит», продолжая говорить,  
делает пять шагов в любую  
сторону.*

Раз, два, три, четыре, пять —

Нужно рыбкам уплыть.

*«Кит» останавливается, подняя  
руки в стороны. «Дельфины»  
ловят «рыбок», которые убегают  
за «кита».*

### **Рефлексия**

Педагог. Очень ловкие рыбки (дельфины). Что помогает им быть такими быстрыми?

### **Игровое творчество (вариативность)**

В игре сочетаются строго регламентированные действия (создание текстового образа) и самостоятельные (занять место «дельфинов», убежать от них, догнать «рыбок», выбор места «китом» и темп произведения им текста, момент ловли).

### **Гимнастика-побудка «О воде»**

Педагог. Просыпайтесь, ребята. Ждет нас водичка, чтобы умыть личико. Вот сейчас всех обрызгаю.

Педагог изображает руками брызги, называя детей по имени.

Умывайтесь, просыпайтесь.

Дети поглаживают лицо, изображая умывание.

### **Игровые действия**

Педагог произносит текст и показывает движения, дети выполняют.

Из-под камня родничок  
Выбивается, течет.  
Три веселых родничка,  
И смотри, уже река.  
Мы пришли на бережок,

Лягушонок там живет.

А в воде резвятся рыбки —  
Их узнаешь без ошибки.

Только хвостиком махнет —  
Не заметишь, уплывет.

С рыбками мы поиграли —  
В море синее попали.  
Здесь встречают нас звезда  
и соленая вода.

Здесь дельфины и киты —  
Целый океан воды.  
Возвращаемся назад,  
Плывем обратно в детский сад.

*Лежа на спине, дети соединяют ладони около груди, выпрямляют руки вперед и опускают прямые вниз.*

*Руки к плечам ладонями вперед, пальцы растопыривают. Ноги согнуты, соединяя подошвы стоп и разводя колени в стороны, разгибают в и.п.*

*Лежа на животе, руки за голову, приподнимают плечи, выпрямив руки вверх.*

*Лежа на животе, поднимают ноги, поочередно двигают стопами.*

*Лежа на спине, ноги и руки разводят в стороны, и.п.*

*Вдох носом, резкий выдох через напряженные губы.*

*Дети идут одеваться, руками изображая плавание.*

### **Рефлексия**

Педагог. Что помогло нам проснуться? Где мы побывали, кого повстречали? Как вы себя чувствуете?

### **Игровое творчество (вариативность)**

Сначала ведущим является педагог (говорит и показывает), затем дети сами вспоминают движения. На 3—4 раз педагог только вводит в игру, а текст и движения дети выполняют самостоятельно. Можно предложить детям самим придумать движения для лягушонка, рыбок, кита и дельфинов.

*Гимнастика для глаз «Рыбка» (гибкая палка, на конце которой прикреплена рыбка)*

Педагог. Мне кажется, ваши глазки устали (надо подготовить их к трудному заданию). Сейчас с вами поиграю и узнаю, чьи глазки самые зоркие и внимательные.

### ***Игровые действия***

Дети встают в круг, в центре — ребенок-водящий с гибкой палкой и игрушкой-рыбкой на конце. Все вместе произносят текст.

Наша рыбка рыбака видела издалека.  
Хочет рыбонька уплыть, но будем мы ее ловить.

Водящий перемещает игрушку на палке по кругу выше детей, слегка покачивая вверх-вниз. Дети стараются дотронуться до игрушки, подпрыгивают.

### ***Рефлексия***

Педагог. Внимательные ваши глазки, вон сколько раз «рыбку» поймали. Трудно было за ней уследить? А что еще понадобилось «удачливым рыбакам»? (Быстро и вовремя прыгнуть, рассчитать расстояние.) Будем еще в такую игру играть? Зачем?

### ***Игровое творчество (вариативность)***

Первый раз водящим встает педагог, показывая, как правильно вести «рыбку»: медленно, слегка задерживая и покачивая над каждым ребенком. Можно палку перемещать не по кругу, а произвольно меняя направление (даже за спину водящему). Игроков можно поставить спиной в круг — это увеличивает момент неожиданного появления «рыбки».

## **Дыхательная гимнастика «Шторм»**

Педагог вносит в группу таз с водой.

Педагог. Смотрите, ребята, у меня появилось озеро (море). Похоже?

Дети высказывают свои предположения (круглое с водой, но вода очень чистая; нет камышей; крутой берег и т.д.). Педагог дует на воду, чтобы появилась рябь.

А так больше похоже?

### ***Игровые действия***

Дети дуют на воду, самостоятельно выбирая положение около краев таза. Педагог предлагает меняться, дуть со всех сторон или с одной, сверху и с боку.

### ***Рефлексия***

Педагог. О, целый шторм на нашем озере получился. Когда он был самым сильным? Как вы себя чувствуете после такого активного дыхания? Полезно это для здоровья?