Салямова Лилия Ахатовна

Инструктор

по физической культуре (бассейн)

МБДОУ №83

города Нижнекамска

**«Полный вперед»**

(Развлечение на воде в старшей группе)

Построение. Осмотр детей медицинской сестрой.

**Ведущий:** Здравствуйте, ребята! У нас сегодня необычное занятие. Мы с вами будем соревноваться, постараемся показать наши навыки и умения. Начинаем наш спортивный праздник. В этот момент в зал вбегает юнга.

**Юнга:** Добрый день, дорогие ребята! Я принес вам телеграмму от капитана. Он обещал скоро прибыть.

**Ведущий:** Здравствуй, юнга. Спасибо за телеграмму. Ребята, давайте прочитаем, что здесь написано: «Ждите, скоро буду! Капитан». Мы очень рады.

Тут появляется капитан.

**Ведущий:** Группа равняйсь, смирно!

**Капитан:** Здравствуйте, ребята! Вольно! Я капитан дальнего плавания. Я плаваю на таких морях, где не видно берегов, а глубина такая, что нужно плыть до дна целые сутки. В море очень неспокойно. Бывают сильные штормы. Тяжело приходится тем, кто не умеет плавать. А вы любите воду?

**Дети:** Да!

**Капитан:** А плавать умеете?

**Дети:** Да!

**Капитан:** Я прибыл сюда, чтобы убедиться, что вы, ребята, не боитесь воды, и вам не страшны никакие бури.

**Ведущий:** Мы рады видеть вас на нашем празднике.

**Капитан:** Перед тем, как выйти в море, надо набраться сил. А сейчас группа: равняйсь, смирно!

Капитан проводит ОРУ **« Мы – матросы».**

1. **«Запах моря».**

И.п.: Стоя, ноги врозь, руки внизу, мышцы предельно расслабить, глаза закрыть. После выдоха медленно втягивать воздух, пытаясь уловить запах моря.  
Ребенок добивается ощущения, что он как будто дышит не только носом, но и всем телом (воздух проникает через кожу). Выполнять в медленном темпе;

2. **«Пловец».** Матросы соревнуются в плавании.  
 И.П.: стоя, ноги вместе, руки вверху. 1-8- поочередные круговые движения руками вперед, имитируя плавание кролем на груди; 1-8-то же назад (плавание кролем на спине);

3. **«У штурвала».**

И.П.: Стоя, ноги врозь, руки вперед грудью, локти вниз («держим штурвал»)

4. **Наклоны.**

1-2Наклон вперед, касаясь руками пола. 3-4-и.п.

5**. «Гребля»** («Спустить шлюпки»).

И.П.-сидя согнув ноги, руки в упоре сзади.

1-2-не отрывая стопы от пола, сгибая руки, лечь на спину;

3-4- выпрямляя руки, вернуться в исходное положение.

6. **«Матрос взбирается по реям».**

И.П.-лежа на спине, руки к плечам.

1-3-сесть, имитируя движения руками, как при лазании по канату.

4-И.П.

У чаши бассейна.

**Ведущий:** Наш праздник в виде соревнования, разделимся на две команды: **«Моряки» и «Пираты».** Уважаемый капитан, мы приглашаем вас в жюри.

1. **«Попади торпедой в цель»** (играет вся команда). Два участника становятся с обручами напротив своей команды на расстоянии 3-4метра. Каждый из игроков должен оттолкнуться от бортика и выполнить скольжение через обруч. Выигрывает команда, которая метко попадает торпедой в цель.

**2. «Водолазы»** (по два человека от команды). Нужно собрать игрушки одного цвета. Выигрывает тот, кто больше соберет.

**3. «Кто быстрее»** (по два человека). Скольжение с надувными кругами.

**Ведущий:** Дорогие ребята и уважаемый капитан, на наш праздник пришли русалки. Они хотят украсить его своим танцем. (Танец русалок).

**4. «Регата»** Две команды стоят на расстоянии друг от друга. У каждой команды свой кораблик. Не двигаясь, каждый игрок дует на кораблик так, чтобы он приплыл в порт.

**5. «Тир на воде».** Посередине бассейна - матрац. По очереди каждый игрок от каждой команды кидает камешки на матрац.

**6. «Буксир»** (по три игрока от каждой команды). Двое тянут, держащегося за обруч, третьего игрока.

**7. «Морской бой».** Брызгать друг друга водой. Нельзя прятать лицо и отворачиваться.

**8. «Кто кого?».** По сигналу ведущего каждая команда начинает тянуть канат в свою сторону, стараясь перетянуть на свою сторону противоположную команду. Можно внезапно отпустить канат-все падают в воду.

**9. « Нырни в круг».** Ведущий держит перед собой обруч. Ребята по очереди ныряют в него.

**10. « Поезд в туннель».** Чтобы проехать через туннель, ребята, изображающие поезд, поочередно погружаются с головой в воду. Делая стрелочку, проплывают через обруч, который держит ведущий.

**Ведущий:** Уважаемый капитан, просим вас подвести итоги нашего соревнования.

**Капитан:** Молодцы, ребята. Обе команды показали отличные результаты Я убедился в том, что вы не боитесь воды и вам не страшны никакие бури. Теперь Вас можно взять в путешествие и в открытое море.

Список литературы

1.Андерсон В.А., Викс Л.А.,Жбанова Л.С. Физическое воспитание детей дошкольного возраста.- М.: Просвещение,1991.-63 с: ил.

2.Зарипова З.М., Хамитова И.М. Формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста. Г. Набережные Челны, 2003.- 158с:

3.Осокина Т.И. Как научить детей плавать: - М.: Просвещение,1985,-80 с., ил.