Конспект развлечения в бассейне в средней группе (комбинированная группа).

Тема: «Путешествие в лес»

Цель и задачи: 1. Освоение техники выполнения передвижения и ориентации в воде, выполнения заданий по сигналу .

2. Развитие быстроты, координации движений..

3. Воспитание эмоционально-положительного отклика и интереса к движениям, подвижным играм, желания помогать друг другу.

Инвентарь: игрушки тонущие, обручи плавающие, музыкальное сопровождение (для ОРУ, щебетание птиц, звук грома, звуки поезда)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть НОД | Содержание НОД | Дозировка | Методические указания |
| Подготовительная 8 мин. | 1. Построение, приветствие.

Ведущий: «Ребята лето уже давно закончилось, и наступила осень и нам грустно, но мы можем продлить лето у нас в бассейне. Ребята давайте отправимся в путешествие в лес».*Дети встают в паровоз и импровизированно едут в лес.* | 30 сек | Играет спокойная музыка со звуками природыМузыка со звуком поезда. |
| 1. ОРУ в движении
	1. Ходьба
* На носках
* На пятках

 2.2.Бег* С захлестыванием голени
* С высоким подниманием бедра

Вед: Ребята, посмотрите какая красивая полянка. А давайте, потанцуем | 1 мин.30 сек.30 сек.1 мин.30 сек.30 сек. | Спина прямая, на высоких носках, руки не сгибатьКолени вперед не выноситьБедро параллельно полу.После бега перейти на шаг. Упражнения на восстановление дыхания.Играет музыка для разминки. |
| 1. ОРУ на месте под музыку
* И. п. о. ст. руки на пояс.

1-4 круговые движения головой вправо,1-4 тоже влево.* И. п. ст. ноги врозь, руки перед грудью
1. Поворот вправо, руки в сторону,
2. И. п.

 3-4- тоже влево.* И. п. ст. ноги врозь, руки на пояс,

1-2-пружинистый на наклон вправо,3-4-тоже влево.* И. п. о. с. Руки на пояс,

1-присед руки вперед,2-И. п.3-4 тоже.* И. п. о. с. Руки на пояс,

1-4 прыжки на правой,1-4 тоже на левой, 1-4 тоже на двух. | 4-6р.4-6р.4-6р.4-6р.4-6р. | Спина прямая, плечи вверх не поднимать.Поворот до упора, руки выпрямлять до конца.Наклон ниже, ноги не сгибать.Спина прямая.Подскоки выше, после прыжков ходьба на месте. |
| Основная 12 мин. | Вед: Посмотрите, сколько гнездышек в лесу (на воде лежат обручи). Летите в гнездышки, занимайте свои места (чья команда быстрее займет место).*Дети подныривают в обручи и слышат щебетание птиц, появляется птичка*Птичка: Здравствуйте, ребята! Я птичка-невеличка. А вы хотите со мной поиграть? (ответ детей) Тогда полетели травку щипать предметы собирать.* Игра «Водолазы» (дети собирают тонущие игрушки и приносят птичке)

Птичка: Как вы хорошо играете, ну а мне пора. До свидания ребята! (ответ детей). | . | Начинать задание по сигналу, не толкать товарищей, не отнимать игрушки |
| Вед: Вот птичка улетела. Ребята, а кто еще живет в лесу кроме птиц. (ответ детей). Посмотрите, кто это к нам скачет?*Появления зайки*Зайка: Здравствуйте, ребята! (ответ детей) Я услышал смех и прискакал, посмотреть, кто же тут так шумит, а это оказались вы. Хотите со мной поиграть? (ответ детей) Тогда давайте поиграем в игру «Зайцы и волк».*Проводится игра ловишки: один ребенок догоняет детей, пойманные дети встают к бортику бассейна* Зайка: Ах, какие вы хорошие ребятишки, как с вами хорошо играть, но мне пора бежать. До свидания, ребята. (ответ детей) |  |  |
| Заключительная 5 мин | Вед: Ребята я слышу гром, скоро начнется дождик, мы ведь не боимся воды, давайте поиграем в игру «Морской бой». | 3 минуты | . |
| Вед: Ребята мы с вами прогулялись по полянке устали, давайте отдохнем и восстановим дыхание Дыхательное упражнения с успокаивающим эффектом «передышка». Вед: Ну, вот и все закончилась наше путешествие в лесу. Понравилась вам оно? (ответ детей) Вот и хорошо. До свидания! | 2мин | Дышать медленно, спокойно, глубоко. |

 *Приложение.*

***Упражнение «передышка»***

В течении 2 минут дышите медленно, спокойно и глубоко. Можно даже закрыть глаза. Наслаждайтесь этим глубоким не торопливым дыханием.

***Игра «Морской бой»***

*Задача игры:* научить детей не боятся брызг, действовать согласованно.

*Описание.* Дети встают лицом друг к другу. По сигналу преподавателя дети начинают брызгаться водой в «противника», стараясь заставить его отступить. Побеждает тот кто не отступил и не отвернулся.

*Правила.* Нельзя касаться игроков руками, поворачиваться спиной, убегать.

***Игра «Водолазы»***

*Задача игры:* приучать смело открывать глаза в воде, рассматривать предметы под водой.

*Описание.* Дети встают у бортика с одной стороны бассейна. Преподаватель разбрасывает по дну бассейна «тонущие» игрушки. По сигналу водолазы погружаются в воду и стараются собрать как можно больше предметов.

*Правила.* Начинать выполнять задания по сигналу, не толкать товарищей не отнимать игрушки.

*Методические указания*. Преподаватель отмечает и поощряет детей, успешно справившихся с заданием, помогает несмелым детям, подбадривает их. Можно провести игру с разделением на команды и дать задания, чья команда водолазов больше соберет предметов.

***Игра «Ловишки»***

*Задача игры:* Учить детей свободно передвигаться по воде.

*Описание.* Преподаватель выбирает одного «ловишку», он догоняет детей, остальные убегают, кого «ловишка» поймал тот выходит из игры. Последний кого «ловишка» не поймал, становится «ловишкой».

*Правила.* Начинать выполнять задания по сигналу, не толкать товарищей.

**Методические указания.**

 Вода один из ключевых элементов природы. В водной среде зарождается жизнь, вода занимает больше двух третей поверхности нашей планеты.

Умение плавать (не купаться!) подчас позволяет взрослому или ребенку сохранить не только здоровье, но и жизнь. Это своеобразная страховка от несчастных случаев на воде.

Благотворное воздействие плавания на организм, как взрослых, так и ребенка известно давно. Относительная невесомость тела в воде, горизонтальное (безопорное) его положение позволяет разгрузить позвоночник. Регулярные занятия плаванием положительно влияют на физическое развитие человека, состояние центральной нервной и дыхательной системы.

 В комбинированной группе занимаются дети с ОВЗ (Ограниченные Возможности Здоровья ) к этим детям необходим индивидуальный подход: интенсивность выполнения упражнений и дозировка ниже чем для здоровых детей, при выполнении сложно координационных упражнений обязательно производить страховку (дети с ДЦП не выполняю погружения в воду с головой т.к. им сложно координировать свои движения и задерживать дыхание.) основная задача состоит в том чтобы дети научились выполнять элементы техники выполнения упражнений, учились выполнять расслабление и напряжение мышц, не боялись воды. Влияние занятий по плаванию на организм детей способствует укреплению здоровья, закаливанию всего организма, повышению эмоционального состояния организма ребенка, укреплению мышц всего тела в щадящем режиме (водной среде).