**Конспект совместной образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста «Морское путешествие»**

**Проводит:** Камалитдинова Галина Викторовна\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Цель:** Способствовать формированию двигательных умений и навыков ребенка в воде.

**Задачи:**

1.Закрепить интерес детей к занятиям физическими упражнениями в бассейне;

2.Совершенствовать навык всплывания и лежания на воде;

3.Совершенствовать технику скольжения по поверхности воды на груди;

4.Приучать смело открывать глаза в воде, рассматривать под водой игрушки;

5.Укреплять мышцы спины, рук, ног, посредством силовых упражнений;

6.Развивать ловкость, быстроту реакции, скорость в играх и упражнениях на воде;

7.Укреплять дыхательную систему с помощью упражнений на задержку дыхания;

8.Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми;

9.Создавать положительный эмоциональный настрой, воспитывать настойчивость в достижении положительного результата.

**Технологии:** игровая

**Оборудование:** плавательные доски, мячи, тонущие игрушки, обруч, воздушные шары, корабль.

Ход занятия:

**I. Подготовительная часть. (7 мин).**

Дети входят в зал плавательного бассейна строем друг за другом. Останавливаются.

**Инструктор:**

Ребята, посмотрите, сегодня к нам пришло много гостей. Давайте поприветствуем их.

**Дети:** Здравствуйте! (хором)

**Инструктор:**

Ребята, скажите пожалуйста, а какие бывают путешествия?

**Дети:** (перечисляют).

**Инструктор:**

Давайте и мы с вами сегодня отправимся в морское путешествие. А для этого нам нужно сделать разминку.

Разминка на суше (3 мин.):

- Исходное положение: стоя, ноги вместе, поднять руки вверх, потянуться, опустить руки (3-4 раза).

- Исходное положение: стоя, ноги слегка расставлены, круговые движения руками поочерёдно, вперёд и назад («Мельница») – (20сек.)

- Исходное положение: стоя, в полунаклоне вперёд – имитации согласованных движений рук и ног, как при плавании кролем на груди (10сек.)

- Исходное положение: присесть, обхватить колени руками, голову наклонить к коленям, встать, выпрямиться (3-4 раза)

Имитировать дыхание (4-5 раз)

**Инструктор:**

Поднимаем якоря, До свидания Земля!

Кораблем мы правим сами, ловим ветер парусами,

А куда мы приплывем, только ветер знает.

**II. Основная часть (в воде). (20 мин.)**

Вход в воду: Дети выстраиваются в колонну по одному, вдоль борта.

**Инструктор:**

К морю быстро мы спустились, наклонились и умылись

Раз, два, три, четыре

Вот так славно освежились

Воздух мы морской вдохнули, выдохнули,(вдох носом, выдох ртом на воду)

А теперь поплыли дружно

Делать так руками нужно

Вместе руки, раз это брасс

Упражнение:

Дети плывут брассом, (движение руками вперед без выноса их из воды)

**Инструктор:**

Одной рукой, другой это кроль

Упражнение:

Дети плывут кролем, (вынос рук из воды поочередно)

**Инструктор**: Только мимо нас проплыли, поиграли и уплыли, среди волн мелькают спины, дети, кто это?(дельфины)

Упражнение: ныряние.(На дне разложены тонущие игрушки дельфины, задержать дыхание и достать дельфина)

**Инструктор**: Вновь играя и шаля, перед носом корабля, над водой мелькают спины, мчатся шустрые дельфины.

Упражнение: плавание через обруч с мячами, дети плывут на груди с мячами, затем на спине с мячами, работа ног кролем (попеременные движения ногами вверх, вниз)

Инструктор: Глубоко на дне она, словно на небе не видна, но не светит и не греет, потому что не умеет?

Упражнение: звездочка. Дети выполняют звездочку на спине, на груди (лечь на спину, вытянуть тело на поверхности воды, раскинуть ноги и руки в стороны, лечь на живот; опустить лицо в воду, руки и ноги развести в стороны)

**Инструктор:** Носит домик роговой, прячет хвостик с головой, панцирь щит ее от страха, кто же это?

Упражнение: поплавок (прижать колени к груди, опуститься лицом в воду)

**Инструктор:**

Ребята давайте посмотрим в бинокль, что мы видим?

**Дети:** пиратский корабль.

**Инструктор:**

Давайте будем защищаться

Игра: попади в цель (взять водный пистолет подплыть к кораблю и попасть в воздушный шарик) Стиль плавания свободный.

**Инструктор**:

Ребята смотрите, что мы с вами обнаружили - карту, давайте ее рассмотрим.

Отправляемся на остров сокровищ. Берем плавательные доски.

Упражнение: плавание на груди с доской ноги работают кролем. (попеременные движения ногами вверх, вниз)

**Инструктор:**

Чтобы попасть на остров, нам нужно собрать водоросли.

Упражнение: ныряние (на дне разложены тонущие игрушки водоросли, задержать дыхание и собрать водоросли)

**Инструктор:**

Ребята вот мы и добрались до сокровищ (на сундуке разложены цифры)

Дети их перечисляют.

**Инструктор:**

Дети посмотрите, какие интересные плавают рыбки (каждый берет по одной рыбке и подбирает к ней нужную цифру) Сундук открывается, дети достают сокровища(золотые монеты).

**III. Заключительная часть (в воде) (3 мин.)**

Рефлексия.

**Инструктор:** Ребята, вам понравилось путешествие?

С какими трудностями вам пришлось столкнуться?

Что вам понравилось больше всего?

Возвращаются домой. Дети берут плавательные доски, кладут на них монеты и аккуратно доплывают до берега, чтобы не намочить монеты. Свободное плавание.