Тематическое занятие для подготовительной группы: « Транспорт»

Проводит: инструктор по плаванию Пятаева Лариса Васильевна

Место и время проведения: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Время занятия** 40 - 45 мин.

**Задачи**: Упражнять в технике работы ног, характерной спортивному стилю плавания “Кроль на груди”, «Кроль на спине», «Баттерфляй»

Отрабатывать навыки скольжения. Упражнять в технике работы рук, характерной спортивному стилю плавания “Кроль на груди”, «Брасс»

Развивать физические качества: координацию, выносливость.

Оборудование: Тематические картинки, колечки, палочки, тонущие игрушки.

1. Подготовительная часть: 5 - 7 мин.

Дети заходят в бассейн, садятся на стулья.

Инструктор по плаванию : Ребята, сегодня тема нашего занятия Транспорт. Какие виды транспорта вы знаете? ( дети отвечают) Какой транспорт Воздушный, водный, наземный. (…) Сегодня мы с вами постараемся показать как этот транспорт работает, готовы?

Давайте немного подготовимся, разомнемся.

Разминка на суше:

1. «Летим как ракета»

И.п. О.С. 1-2 – встаем на носки, руки вверх, тянемся. 3-4 И.п.

2. «Вертолет»

И.п. О.С. 1-10 – попеременные круговые вращения руками вперед.

3. «Лодочка с веслами»

И.п. О.С. 1-10 – одновременные круговые вращения руками назад

4. « Снегоуборочные машины»

И.п. О.С. 1-10 – движения руками как при плавании брассом.

1. Основная часть (в воде): 25 - 30 мин.

Инструктор по плаванию : Ну вот мы и готовы, спускаемся по лесенке и занимаем свои места.

1. Начнем с *воздушного транспорта.* Сначала заправка (насос. Дети выполняют выдохи в воду взявшись за руки по парно) По команде взлетаем на **ракете** и быстро - быстро, летим без остановок 2 оборота.

Упражнение скольжение кролем на груди, 2 круга.

1. Пересаживаемся в **вертолеты** и взлетаем, крутим ровными лопастями 2 круга

Кролем на груди в полной координации 2 круга.

1. Приземлились на землю, пересели на *наземный транспорт*. И снова заправка топлива (насос) Сначала почистим снег в **снегоуборочных машинах** (или почистим дороги от мусора)

Руки брассом, ноги кролем. 2 круга.

1. Отвезем снег ( мусор) **в грузовиках** подальше от дороги .

Ноги дельфином, руки сзади с колечком.

1. Уехали от дороги, приехали к берегу, пересаживаемся *на водный транспорт*. Но прежде чем поплыть нужно заправиться. (насос) Плывем **на катере**.

Скольжение кролем на спине с палочкой. 2 круга.

1. Покатаемся **на лодочках** взялись за весла.

Руки дельфином на спине, ноги работают попеременно.

1. А теперь пересаживаемся в **подводные лодки** одеваем защитные очки и собираем все со дна.

Ныряют за игрушками.

Ну вот мы с вами и приехали в наш сад. Выходим из воды и отправляемся в группу.

III. Заключительная часть: 10 мин. Дети выходят из воды, одеваются.