**Цель**: способствовать формированию здорового образа жизни,закаливание.

**Задачи:-**закреплять плавательные умения и навыки;

-развивать координацию движений;

-формировать умение выполнять упражнения синхронно;

-развивать ловкость,быстроту и общую выносливость;

-тренировать дыхательную мускулатуру;воспитывать смелость,быстроту,доброту,отзывчивость.

**Методическое оборудование:**обручи,мячи,тонущие игрушки,нудлы, ведёрки, муз. центр.

**Ход занятия**

Дети выходят на разминку,строятся. Вдруг слышат плач лягушонка.

Инструктор: лягушонок ,почему ты плачешь?

Лягушонок: я гулял, собирал красивые камешки, цветочки ,и потерялся.

Инструктор:о,ну это не беда, ребята ,поможем лягушонку до дома добраться?Заодно посмотрим чья команда дружнее! Но перед дорогой нам нужно размяться, лягушонок, присоединяйся к нам!

Разминка с мячами под музыку «танец маленьких утят».

Инструктор: ну, размялись, пора и в дорогу! По дороге нам будут встречаться разные препятствия, когда мы увидим камни - надо будет поднимать колени ,кочки – подпрыгивать, ямки – приседать!

Дети идут под музыку «вместе весело шагать» и выполняют упражнение «камни,кочки,ямки».

Дети приходят к кикиморе болотной. Звучит музыка « кикиморы болотной».

Кикимора болотная:А, детишки, какие вы все вкусненькие, аппетитненькие, давно я такой вкуснятины не ела!

Лягушонок: Не ешь нас ,кикимора, ребята очень хорошие, они мне помогают дорогу домой найти!

Кикимора болотная: почему это я должна тебя слушать? Возьму и съем!

Инструктор: а давай ребята покажут какие они дружелюбные, отзывчивые и сильные!

Кикимора болотная: ну ,ладно ,пусть покажут, может тогда и отпущу.

Ребята делятся на две команды и встают по парам. Игра «Тачки» под музыку «Чунга-чанга».

Кикимора болотная: ох,какие молодцы,и правда хорошие ребята! Но мне ,почему-то,стало как-то грустно,вы уйдёте,а я буду скучать – не отпущу вас!

Инструктор: не грусти ,ведь у тебя здесь так хорошо, да ребята! А давай мы тебе покажем чем можно заниматься в твоём болоте, заодно и развеселим тебя!

Ребята делятся на две команды. Детям выдаются нудлы. Необходимо доплыть до соседнего бортика , выбрать из нескольких животных морское и вернуться к команде. Побеждает та команда,кот. Быстрее выполнит задание. Муз. « Сумасшедший лягушонок».

Кикимора болотная: ой,как весело,я теперь так же буду веселиться с моими друзьями! Но пока вы не отгадаете мою загадку ,я вас не отпущу.

« По реке плывёт бревно,

Ох, и злющее оно!

Тем, кто в речку угодил,

Нос откусит….(крокодил)»

Ну, ладно, придётся вас отпустить,счастливого пути вам!!!!!

Дети идут по кругу , « камни , кочки, ямки» под муз. «вместе весело шагать».

Звучит музыка «Морской царевны», выходит морская царевна.

Морская царевна: здравствуйте, ребята! Какие вы красивые, спортивные, весёлые, оставайтесь со мной!

Инструктор: с удовольствием, но мы помогаем лягушонку дорогу домой найти. Но мы можем порадовать тебя красивыми фигурами, которые ребята умеют делать.

Дети встают в два круга и выполняют по команде «стрелочку», «звёздочку», приседания по очереди по свистку. Звучит муз. «морской царевны».

Морская царевна: Ах,как красиво. Вы меня очень порадовали, но без загадки я вас не отпущу:

«Блещет в речке чистой

Спинкой серебристой.» (рыбка)

Молодцы, счастливого пути!

Звучит муз. »пиратов» .Болельщикам раздаются лёгкие мячи.

Инструктор: А теперь у нас новое испытание- нападение пиратов! Вы ,болельщики, будите пиратами. Ваша задача снарядами, по команде, стрелять по нашим героям, а вы ,ребята, должны прятаться от снарядов под водой.

Игра «пираты» ,муз. «Пираты».

Дети делятся на две команды. Расставляются обручи.

Инструктор: ребята, посмотрите, впереди тунель

Лягушонок: Да ,я помню, что был здесь!

Инструктор: Ну,раз лягушонок был здесь, то и нам придётся тут пройти!

Игра «Тунель» под муз. «Чунга-чанга».

После игры дети идут вдоль бортиков «ямки», «кочки» ,»камни» под муз. «вместе весело шагать». Лягушонок выглядывает за дверь и кричит

Лягушонок: а вот и мой дом,мама,папа!

Лягушонок подходит к бортику.

Лягушонок: ребята,вы такие молодцы, что помогли мне дорогу домой найти, теперь мы навсегда с вами друзья ,как ещё с одним моим другом, угадайте кто он:

«Ты со мною не знаком?

Я живу на дне морском.

Голова и восемь ног,

Вот и весь я…(осьминог)»

Дайте –ка я вам руки пожму!

Лягушонок наклоняется к ребятам и роняет ведро с игрушками в воду.

Инструктор: Ребята, помогите лягушонку собрать игрушки!

Лягушонок: спасибо , ребята ,мне пора идти, до встречи друзья!

Инструктор: дети,действуя ловко и смело,

Совершили вы доброе дело,

Испытанья прошли все на диво,

Вам за это большое спасибо!»