I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 1**

*«Первое знакомство»*

ЗАДАЧИ: знакомство детей с бассейном, ознакомление с правилами личной гигиены. Знакомство с водой: вырабатывать безбоязненное отношение к воде.

ХОД ЗАНЯТИЯ: при входе в бассейн детей встречает доктор Градусник(портрет) и медсестра Пилюлькина (кукла):

- Здравствуйте, ребята, я медсестра Пилюлькина, а это доктор Градусник. Мы будем помогать вам в путешествии по царству Нептуна и следить, чтобы вы росли здоровыми, смелыми и красивыми и дружили с водой. Вот сейчас мы посмотрим, кто из вас не любит воду; покажите, пожалуйста, свои руки, лицо, шеи – все чистые?

Медсестра бассейна осматривает детей. После осмотра открывает дверь в раздевалку:

- А здесь-то что? Смотрите – это туалет, это раздевалка, это душевые, а там (бассейн) – царство Нептуна, но сначала надо раздеться и помыться.

Дети с медсестрой возвращаются в раздевалку. Медсестра выбирает одного ребёнка и показывает, как надо раздеваться, складывать вещи и вытираться после бассейна. Дети раздеваются и идут в бассейн.

В бассейне их встречает лягушонок КВАК:

- Здравствуйте, ребята. Вы знаете, кто я? Да, я лягушонок, а зовут меня Квак. Я живу в царстве Нептуна, и он послал меня посмотреть, кто там шумит, да я вижу, вы ребята хорошие. Хотите купаться? Тогда заходите потихоньку в воду, и я с вами буду играть (помогаем детям спуститься в воду).

1. КВАК: Вот так молодцы, все в воду зашли?

Для начала давайте с водичкой поздороваемся, погладим её. Здравствуй, водичка! Водичка хорошая, будет с нами играть. Расставьте пальчики широко, пусть водичка между ними побегает. (Упражнение «Волны на море»)

1. КВАК: Вот ветер успокоился, море стихло,

можно пошагать по камушкам и песку. По песку идут маленькие ноги, а по камням шагают большие ноги ( Игра «Маленькие и большие ноги»)

1. КВАК: Хорошо мы пошагали, а теперь

посмотрите, что у меня есть? Рыбки. Они хотят кушать, но без вашей помощи им не справиться, все червячки спрятались на дно. Помогите рыбкам их достать.

1. КВАК: Молодцы, всех рыбок накормили!

А теперь повеселимся! Кто из вас умеет брыз-гаться? Все умеют? Тогда встаём в круг и брыз-гаем друг на друга, стараемся не отворачиваться! ( Упражнение «Весёлые брызги»)

1. Вот какие весёлые ребята! Хорошо играли!

Понравилось вам у нас? Тогда приходите ещё, а сейчас вас ждёт ваша одежда, вам пора одеваться и идти в группу.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 2**

*«Весёлые превращения»*

ЗАДАЧИ: вырабатывать безбоязненное отношение к воде; учить самостоятельно передвигаться по дну бассейна; учить бросать мяч.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Приветствие водичке»
2. «Матросская шапка» (3-4 раза)

Матросская шапка, *(дети показывают на шапочки)*

 Кораблик в руке. *(показывают кораблики)*

Плывёт мой кораблик *(проводят кораблик по воде)*

 по быстрой реке.

 И скачут лягушки *(прыгают на двух ногах)*

 за мной по пятам,

 и просят меня:

 «Прокати капитан!»

1. «Накорми рыбку» (4-5 раз)
2. «Наша Таня»

Все ребята громко плачут, *(бросают мяч из-за головы)*

Уронили в речку мячик.

Тише, тише не шумите, *(бегут за мячами,*

Лучше мячики несите. *Возвращаются на места)*

1. «Весёлые брызги» (4-5 минут)

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 3**

*«Путешествие по реке»*

ЗАДАЧИ: продолжать учить самостоятельно передвигаться по дну бассейна в различных положениях; вырабатывать безбоязненное отношение к воде – хлопать по воде, создавая брызги; способствовать развитию словарного запаса детей.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Приветствие водичке»
2. «Маленькие и большие ноги» (2-3 раза)

- Шли мы по дороге, шли и пришли к реке, а там утка с утятами.

 3. «Утка с утятами» (3 раза) Играющие становятся друг за другом, так чтобы не мешать, вдоль бортика с мелкой стороны. *(Роль утки выполняет руководитель по плаванию, дети - утята)* Дети принимают положение присев и начинают продвигаться вперёд, заходят в более глубокое место, там «окунаются», моются, чистят пёрышки, затем выбегают в мелкую воду.

 4. Посмотрели, ребята, как купаются утята, и увидели как из под лапок у них вылетают фонтаны. Попробуем сделать так же? Держимся за перекладину и работаем ножками. (2 раза)

 5. «Накорми рыбку» (2 раза)

 6. «Матросская шапка» (2-3 раза)

 7. «Наша Таня» (4-5 раз)

 8. Успокоили ребята друг друга, нашли все мячи и решили просто покупаться. *(Свободное плавание)*

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 4**

*«На озере»*

ЗАДАЧИ: учить детей делать вдох и задерживать дыхание; продолжать учить самостоятельно передвигаться по дну бассейна в различных положениях, учить работать ногами, как при плавании кролем.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Приветствие водичке»
2. «Фонтаны» (2-3 раза по 2-3 мин)
3. «Принеси игрушку» (4 раза)
4. «Надуй шарик» Детям предлагается сделать вдох, надуть щёки, задержать дыхание. (5-6 раз)
5. «Матросская шапка» (4-5 раз)
6. «Наша Таня» (3-5 раз)
7. Свободное плавание.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 5**

*«Прогулка в парк»*

ЗАДАЧИ: учить не бояться попадания воды (брызг) в лицо; учить прыгать на двух ногах; продолжать учить безбоязненному отношению к воде; познакомить детей с новой игрой со словами – пополнять словарный запас детей.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

Мы с вами уже много где были: и на речке, и на озере, а сегодня я приглашаю вас в парк. Пойдёте? Тогда вперёд! Не успели мы войти в парк, ка увидели фонтаны.

1. «Фонтаны» (2-3 раза по 1-2 минуты)
2. Посмотрели на фонтаны и пошли гулять

по дорожкам парка «Маленькие и большие ноги» (5-6 раз)

1. Шагали наши ноги, шагали и пришли к

воде, а наши руки стали эту воду ловить. «Поймай воду» (5-7 раз)

1. Воду не поймали, зато лягушат увидали.

«Лягушата». Дети прыгают на двух ногах, произнося слова вместе со взрослыми:

 Пять весёлых лягушат

 По делам своим спешат.

 Пока сыро, пока лужно,

 Им домой допрыгать нужно. (4-5 раз)

Очень долго мы гуляли, воспитатели нас ждали. Одеваться мы пойдём, дружно в группу мы дойдём.

 I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 6**

 *«Дождик»*

ЗАДАЧИ: учить детей безбоязненно относиться к попаданию воды на лицо; продолжать учить работать ногами, как при плавании кролем; учить соблюдать ритм, выполнять движения в такт словам.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Бегите ко мне». Дети стоят в воде, с

мелкой стороны бассейна; взрослый стоит на глубине и зовёт детей: - Бегите ко мне. (3-4 раза)

1. «Фонтаны» (3-4 раза по 2 минуты)
2. «Полей себе на голову». Дети берут ведёрки,

набирают в них воды и выливают её на себя (кто куда сможет); взрослый старается сделать так, чтобы ребёнок полил себе на голову. (4-5 раз)

1. Поочерёдно проводятся две игры «Весёлые

брызги» и «Солнце и дождик». Когда светит солнце, дети брызгаются, а с дождём – убегают.

 Капля-раз, капля-два, *(медленные хлопки по воде)*

 Капли медленно сперва –

 Кап-кап, кап-кап.

 Стали капли поспевать, *(речь убыстряется, хлопки*

 Капля каплю догонять- *по воде становятся чаще)*

 Кап, кап, кап, кап.

 Зонтик поскорей раскроем, *(дети поднимают руки*

 От дождя себя укроем. *над головой и убегают в домик)*

 Взрослый поливает детей из лейки. (4-5 раз)

1. «Лягушата» (4-6 раз)

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 7**

*«Весёлые капельки»*

ЗАДАЧИ: учить ориентироваться в пространстве, закреплять знание цветов; продолжать учить не бояться попадания воды в лицо, передвигаться в воде в различных положениях; развивать координацию; учить дуть на воду.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. Рано утром мы встаём, умываться все идём:

Водичка, водичка, умой моё личико!

Чтобы глазоньки блестели,

Чтобы щёчки краснели,

Чтоб кусался зубок

И смеялся роток.

Под эти слова дети набирают в руки воды и умываются. (3-4 раза)

1. Проснулись не только мы, но и «Утка с

утятами», и они идут на речку. (3-5 раз)

1. В то время в речке рыбки зарядку делали да

так увлеклись, что домики свои потеряли. Игра «Найди свой домик». У детей в руках рыбки разного цвета, а на воде обручи таких же цветов. Дети должны отнести рыбку в дом её цвета. (1-2 раза)

1. А вон и ребятки, они на воду дуют, хотят

бурю устроить. Игра «Подуем на воду» (2- 3 мин.)

1. Игра «Поймай воду» (3-4 мин)
2. Посмотрите, что это капает? Игра «Солнце и

дождик» (3-4 раза)

1. Кончился дождик, а из воды появились

«Фонтаны» (3-4 раза по 1-2 мин)

Ну, вот фонтаны пропали совсем, а ребята побежали в группу. Кто первый оденется, кто самый шустрый?

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 8**

*«У бабушки»*

ЗАДАЧИ: продолжать учить дуть на воду; прыгать на двух ногах с продвижением вперёд; умывать своё лицо; согласовывать свои движения с текстом; продолжать учить ориентироваться в пространстве.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

Детей встречает лягушонок КВАК:

- Здравствуйте, ребята! Квак! Я отдыхал у бабушки. У меня очень хорошая бабушка, но она очень строгая. И нам приходилось каждое утро умываться, а чтоб было веселей, мы говорили вот такую потешку: «Водичка, водичка, умой моё личико…» (3-4 раза)

- А ещё у бабушки жили гуси, но очень озорные:

Жили у бабуси два весёлых гуся, *(Отходят от бортика*

Один белый, другой серый- *на середину бассейна)*

Два весёлых гуся.

Мыли гуси лапки *(Делают движения руками по*

в луже у канавки. *воде в разных направлениях)*

Один белый, другой серый, *(пытаются спрятаться*

Спрятались в канавке. *под воду)*

Ой, кричит бабуся, ой, пропали гуси!

Один белый, другой серый - *(Пытаются спрятаться*

Два весёлых гуся. *под воду)*

Выходили гуси, кланялись бабусе, *(возвращаются к*

Один белый, другой серый, *мелкому бортику*

Кланялись бабусе. *и наклоняются как можно ниже)*

- Не успела бабушка зайти в дом, а гуси опять убежали. Игра повторяется ещё раз.

- Наигрались гуси, и бабушка принесла чай; иногда чай был горячий, и мы его остужали. Игра «Подуем на чай» (2-3 мин)

- После завтрака мы, все лягушата, отправлялись гулять. Иногда к нам присоединялась тучка, и тогда мы играли в игру «Солнце и дождик» (3-4 раза)

- После дождика нам доставляла удовольствие игра «Лягушата» и мы искали свой домик по цвету своего наряда «Найди свой домик» (чередуя 3-4 раза)

- Вот так весело мы проводили время у бабушки, а вам понравилось. Тогда я приду к вам ещё, а теперь вам пора одеваться и идти в группу.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 9**

*«Аккуратные зайчатки»*

ЗАДАЧИ: учить детей согласовывать свои движения с другими детьми, ходить, взявшись за руки; продолжать учить поливать себе на голову, умываться; закреплять умение проходить в воротики; закреплять умение прыгать на двух ногах с продвижением вперёд; продолжать учить дуть на воду.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

Жил на свете маленький зайчонок. И была у зайчика большая семья. Они были дружные и очень любили всё делать вместе, даже ходили и то взявшись за руки.

Дети берутся за руки и идут друг за другом. (2-3 мин. в разных направлениях)

-Каждое утро они, как и все мальчики и девочки, начинали с умывания:

 Носик, носик! Где ты, носик? *(моют носик)*

Ротик, ротик! Где ты, ротик? *(моют ротик)*

 Щёчка, щёчка! Где ты, щёчка? *(моют щёчки)*

 Глазки, глазки! Где вы, глазки? *(моют глазки)*

 Будут чистые зайчатки! (2-3 раза)

- После того как зайчатки умоются, они поливают себя водой. Игра «Полей себе на голову» (7-8 раз)

- Умылись зайчата, вымылись и пошли завтракать. А что зайчатки кушают? Кто знает? *(дать знания о том, что зайчики едят морковь, капусту, а зимой кору с деревьев)*

- Часто морковная каша была горячая, и малышам приходилось её остужать. Вы умеете это делать? Игра «Подуем на чай» (2-3 мин)

- Все зайчатки позавтракали? – спрашивала мама Зайчиха, - тогда идите гулять, но только смотрите в ворота выходите, а пойдёт дождь – домой бегите. Игры «Пройди в воротики» и «Солнце и дождик» чередуются. (5-6 раз)

- В очень солнечные дни зайчатки купались в пруду и играли там самостоятельно.

Свободное плавание и индивидуальная работа (5-7 мин)

- Вот пришёл и папа: «Зайчатки, идите домой, пора умываться и обедать!»

Игра «Аккуратные зайчата»:

Лапки? Мыли? – Мыли! *(в такт словам умываются)*

Ушки? Мыли? – Мыли!

Хвостик? Мыли? – Мыли!

Всё помыли?

И теперь все чистые, зайчики пушистые!

-Бегом одеваться и в группу!

I младшая группа (2-3 года)

 **Занятие 10**

*«На даче»*

ЗАДАЧИ: продолжать учить не бояться воды, ориентироваться в пространстве, правильно находить цвета; продолжать учить дуть на воду, продолжать учить работать ногами, как при плавании кролем.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

- Летом на даче ребята своё утро начинали с зарядки: (3-4 раза)

 Ножками потопали *(идут в воде)*

 Топ-топ-топ.

 Ручками похлопали, *(хлопают по воде)*

 Хлоп-хлоп-хлоп.

 Сели, встали, *(приседания в такт словам)*

 Сно-ва се-ли.

 И вокруг все посмотрели. *(повороты в стороны)*

- Вы уже знаете, что после зарядки хорошо облиться водой и умыться.

Игры «Водичка, водичка…» и «Полей на себя» чередуются (3-5 раз)

- Вот какие молодцы! Теперь пора завтракать, но завтрак горячий. Давайте его остудим, подуем. Игра «Подуем на чай» (2-3 мин)

- Ребята. Посмотрите, что это у меня? Правильно, кораблики, а где ваши шапочки? Посмотрите, а кораблики у вас разного цвета. Интересно, какой кораблик найдёт свою пристань, свой домик первым?

Игры «Матросская шапка» и «Найди свой домик» чередуются (4-6 раз)

- Поставив кораблики в свои домики ребята пошли гулять по берегу реки, и шли по дорожке «Маленькие и большие ножки» (3-4 раза)

- Потом ребята зашли в воду и начали брызгаться. Игра «Весёлые брызги» (1-2 мин)

- После брызганья решили отдохнуть и просто поиграть в воде (свободное плавание – 5-7 мин)

- Накупались? Идём домой, в группу.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 11**

*«На речке»*

ЗАДАЧИ: продолжать учить безбоязненно передвигаться в воде, поливать себе на голову; закреплять умение проходить в обруч, не касаясь его руками; закреплять знания о том, кто как кричит; учить отталкиваться от воды руками.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

- Ребята, помните, мы с вами были на даче, и пошли купаться на речку. В тот день на речку пришли не только ребята, но и разные птицы:

 Наши уточки с утра –

 Кря-кря-кря! Кря-кря-кря! *(идут в приседе)*

 Наши гуси у пруда –

 Га-га-га! Га-га-га!

 Наши гуленьки вверху – *(встают и изображают*

 Гру-гру-гру! Гру-гру-гру! *полёт птиц)*

 Игра повторяется 2-3 раза.

- В прошлый раз мы катали кораблики по ручейкам, а по реке плавают настоящие корабли и лодки. Давайте покатаемся на лодках! Только нам надо грести вёслами.

 Дети идут в полный рост, изображают работу вёсел руками и произносят звук «Ш-Ш-Ш». Игра продолжается 2-3 минуты. Взрослый помогает всем детям по очереди.

- Смотрите, ребята, мы доплыли до речных ворот. А за воротами мелко и рыбы плещутся. Вылезайте из лодок. Кто из вас пройдёт в ворота, чтобы рыбку поймать? Игры «Пройди в обруч» и «Принести игрушку» чередуются 4-5 раз.

- Всех рыбок поймали ребята, а потом отпустили в глубокую воду, сами же стали брызгаться. Игра «Весёлые брызги» (3-4 раза)

- Но ребята на речке не только брызгаются, но и поливаются из ведёрок. Игра «Полей на себя» (5-6 раз) Нравится малышам и просто купаться. Свободное плавание – 5-7 минут

- Ребята! Бегите ко мне. Нам пора домой. Какие ножки идут домой по дорожке? Игра «Маленькие и большие ножки» (1-2 минуты)

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 12**

*«В осенний день»*

ЗАДАЧИ: продолжать учить не бояться воды, поливать себе на голову, умываться, учить чувствовать сопротивление воды; продолжать учить дуть на воду, продолжать работать ногами, как при плавании кролем; ориентироваться в пространстве.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

Дети входят в воду и начинают умываться:

 Ай, лады, лады, лады.

 Не боимся мы воды,

 Чисто умываемся,

 Друг другу улыбаемся. (3-4 раза)

- Умылись ребятки, покушали и пошли гулять, а на улице осень, пасмурно, капает дождик:

 Дождик, дождик, полно лить,

 Малых детушек мочить.

 Солнышко, солнышко,

 Загляни в окошечко,

 Ждут тебя детки,

 Ждут малолетки.

- Выглянуло солнышко, дети пошли на улицу. И вдруг небо опять потемнело, и пошёл дождик. Игра «Дождик» чередуется с закличкой к солнышку 4-6 раз.

- Вдруг ребята увидели кораблик. Он плыл по речке. Игра «Кораблик»:

 Как по речке, по студёной,

 Плыл кораблик золочёный,

 В ярких праздничных цветах

 На раздутых парусах.

- В паруса дует ветер, да так, что по воде идут волны. Игра «Подуй на воду» («Гудок») (2-3 мин)

- На корабле много матросов и видят они, как спешат лягушата к себе домой. Игры «Лягушата» и «Найди свой домик» (4-5 раз)

- И вдруг моряки увидели, что включили фонтаны. Игра «Фонтаны» (2-3 раза по 1-2 мин)

- Около фонтанов были птицы. Игра «Наши уточки с утра…» (2-3 раза)

- Порадовались всему этому ребята на прогулке и пошли домой.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 14**

ЗАДАЧИ: продолжать учить передвигаться по дну бассейна в различных положениях, учить передвигаться через предмет высотой 15 см, сохраняя равновесие; продолжать учить работать ногами, как при плавании кролем; продолжать учить опускать лицо в воду.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

Дети входят в воду, взрослый помогает им спускаться по лестнице. С противоположной стороны бассейна плавают рыбки игрушки 3-х размеров. Взрослый предлагает детям превратиться в больших жуков, доплыть до рыбок и поймать самых больших и маленьких. После того как дети принесли маленьких рыбок, взрослый предлагает повторить упражнение, но принести самых больших рыбок. После этого все рыбки отпускаются, игра повторяется ещё раз. По окончании игры взрослый отмечает самых ловких жуков-рыбаков. Но рыбаки устали за работой и хотят посмотреть на фонтаны. Детям предлагается показать, какие красивые фонтаны они умеют делать. Упражнение «Фонтаны» (по 3-4 раза меняя упор: сзади, спереди)

Игра «Маленькие и большие ноги» с показом картинок со следами разной величины. (4-5 раз)

- На пути нашим ножкам повстречалось препятствие, через него можно только перешагнуть. Игровое упр. «Перешагни палку» (5-6 раз)

- Шли ножки и пришли к пристани, на которой стоят кораблики. Игра «Плыви игрушка» (4-5 раз)

- Неплохо плавают ваши корабли, а теперь давайте поиграем в прятки! – говорит педагог.

Игра «Вот наши ручки!...» (3-4 раза)

После игры взрослый отмечает тех, кто лучше всех прятался, и предлагает детям свободное плавание, а сам занимается с каждым ребёнком в отдельности, предлагая поплавать на спине с помощью взрослого. Игровое упражнение «Ляг на мои руки» (5-7 минут)

В конце занятия дети собираются на глубине и им предлагается добежать до лесенки «Кто быстрее»

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 13**

ЗАДАЧИ: учить работать ногами, как при плавании кролем; продолжать учить бросать мяч из-за головы; закреплять знание терминов «большой» и «маленький»; продолжать учить дуть на воду.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Фонтаны» -у опоры на груди (3-4 минуты)
2. «Спрыгни» - спрыгивать с бортика из

сидя с помощью взрослого (3-4 раза)

1. «Резвый мячик» - теннисный шарик

положить перед собой на воду и дуть на него так, чтобы он плыл. (3-4 раза)

1. «Наша Таня» (3-5 раз)
2. «Поймай воду» (4-6 раз)
3. «Пузырь» - дети, взявшись за руки, подходят

к центру круга – маленький пузырь. Постепенно дети отходят назад, произнося слова: (4-5 раз)

Раздувайся, пузырь, *(встают на вытянутые руки,*

Раздувайся большой, *не расцепляя рук,- большой*

Да не лопайся. *пузырь)*

Он летел, летел, летел *(движутся по кругу)*

И за веточку задел –

Хлоп! Лопнул. *(разбегаются в разные стороны)*

1. Свободное плавание, индивидуальная

работа с детьми. (5-7 раз)

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 15**

ЗАДАЧИ: продолжать учить безбоязненно передвигаться по дну бассейна в различных положениях; продолжать учить поливать себя водой; продолжать учить работать ногами, как при плавании кролем; учить опускать лицо в воду; учить играть мячом ногами.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Приветствие водичке» (1-2 минуты)
2. «Фонтаны» (3 раза по 2 минуты)
3. «Полей на себя» (3-4 минуты)
4. «Солнце и дождик» (3-5 раз)
5. «Спрячься в ладошки» (5-7 раз)
6. «Попади по мячу» (5-7 раз)
7. Индивидуальная работа, свободное

плавание (5-7 минут)

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 16**

ЗАДАЧИ: продолжать учить опускать лицо в воду; закреплять умение сочетать движения со словами; учить отталкиваться ногами ото дна, выпрыгивать из воды и падать на неё; учить делать плавный продолжительный выдох.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Солнце и дождик» (3-4 раза)
2. «Вот лягушки по дорожке…» (3-4 раза)
3. «Резвый шарик» (2-3 минуты)
4. «Пузырь» (3-5 раз)
5. «Фонтаны» (3 раза по 1-2 минуты)
6. « Имитация движений водных животных»
7. «Спрячься в воду» (4-6 раз)
8. «Мостик» (4-6 раз)

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 17**

ЗАДАЧИ: закреплять знание цветов; красный, синий, жёлтый, зелёный; учить ориентироваться в пространстве; продолжать учить делать выдох в воду; ходить на носках и пятках в воде; учить сжимать между собой пальцы рук.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Цапли» (4-5 раз)
2. «Лягушата» (или ходьба на пятках) (2-3 мин)
3. «Найди свой домик» (5-7 раз)
4. «Кто больше пустит пузырей» (3-4 раза)
5. «Поймай воду» (2-4 минуты)
6. «Усатый сом» (3-4 раза)
7. «Фонтаны» (у перекладины) (2-3 минуты)
8. Свободное плавание (5-7 минут)

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 18**

*«Волшебный пароход»*

ЗАДАЧИ: продолжать учить опускать лицо в воду, учить дуть на воду; продолжать учить работать ногами, как при плавании кролем, в различных положениях; учить бросать мяч двумя руками от груди; закреплять понятия «один» и «много»

ХОД ЗАНЯТИЯ:

- Туууу-ту-ту! Я волшебный пароход, по рекам плыву и морям. Здравствуйте, ребята! Садитесь на меня и поплывём вместе со мной. *(построение в колонну друг за другом)* Только вы помогайте мне, руками гребите, и тогда мы быстрее поплывём. *(ладони смотрят вниз, пальцы сомкнуты)*

- Ой, тоннель! Поплывём в тоннель! Игра «Поезд в тоннель» (4-5 раз)

- Смотрите, ребята, какая речка красивая: течёт, журчит, переливается. А какие на берегу фонтаны. Игровое упражнение «Фонтаны» (4-5 раз)

-Посмотрите, как интересно играют ребята с мячом. Они бросают мяч от груди, вот так, а потом догоняют его. Игра «Бегом за мячом» (5-6 раз)

- Теперь давайте в прятки поиграем. Я спрятался! *(педагог прячется под воду, а потом выныривает)* А вы умеете? Я буду вас искать. Игра «Спрячься под воду» (3-4 раза)

- Всех нашел, но нам пора идти дальше. Садитесь поскорее! Не забываем работать руками.

- Вот и пристань, а на ней моторные лодки. Посмотрите, как у них работают моторы. Игра «Моторные лодки» (3-4 минуты с «выключением моторов» на 5-10 секунд)

- Смотрите, какие приплыли лёгкие лодочки, ими правит ветер. Подуешь на них они и поплывут. Игра «Капитаны» (4-5 раз). Лодки подплывают к пристани, указанной взрослым, закрепляя понятия «один» и «много»

- Вот и закончилось наше путешествие.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 19**

ЗАДАЧИ: продолжать учить поливать себя водой; продолжать учить ориентироваться в пространстве; учить ходить друг за другом в колонне; учить держать пальцы рук вместе и отталкиваться «жёсткими» ладонями от воды; лежать на руках взрослого.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Полей на себя» (6-7 раз)
2. «Весёлые буквы» («Рыбаки и рыбки») (3-4 раза)
3. «Буря на море» (3-5 минут)
4. «Найди свой домик» (закрепление геометричес-

ких фигур) (3-4 раза)

1. «Ляг на руки» (по 2 раза каждый)
2. «Весёлые пузыри» (5-8 раз)

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 20**

*«Весёлые гномы»*

ЗАДАЧИ: продолжать учить погружать лицо в воду; передвигаться по дну бассейна, ориентируясь под водой; учить работать руками, как при плавании кролем; учить ложиться в воде на руки взрослого; учить делать выдох в воду.

ХОД ЗАНЯТИЯ: - Сегодня мы с вами превратимся в маленьких весёлых гномов.

1. Тихо на носочках гномы вышли на полянку делать зарядку. Ходьба на носках вдоль короткой стороны чаши (1-2 раза)
2. Зарядка (прыжки у перекладины; ходьба с высоким подниманием колен; ходьба в приседе) (2-3 раза)
3. Весёлую зарядку сделали гномы и отправились умываться прохладной водой. «Умой своё личико» (5-6 раз)
4. «Катание на лодках» (с плавательными досками или кругами по бассейну с отталкиванием ото дна, голову в воду) – поощрять детей которые ложатся на воду. (3-4 раза)
5. «Резвый шарик» оставили гномы свои лодки у берега, и пошли играть с шариками. (2-3 минуты)
6. Шарики красивые, резвые. Ой, смотрите! Какие красивые платочки! Давайте их постираем! «Постираем платочки» (3-5 раз)
7. Постирали платочки и пошли кататься на каруселях, но карусели не простые, а как весёлые лодки. («Карусели, карусели, мы с тобой на лодки сели…») (2-3 минуты)
8. «Ляг на руки» (2-3 раза каждый)

Вот какими весёлыми гномами мы сегодня были, а теперь нам пора в группу.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 21**

ЗАДАЧИ:

продолжать прививать детям безбоязненное отношение к воде; учить делать выдох в воду; продолжать учить передвигаться по дну бассейна в различных положениях; продолжать учить опускать лицо в воду; работать ногами.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Крокодилы на охоте» (охота за рыбками) (3-4 раза)
2. «Мостик» (4-6 раз)
3. «Лягушка» (5-7 раз)
4. «Пузыри» (4-6 раз)
5. «Фонтаны» (3-4 раза)
6. «Достань игрушку» (4-5 раз)
7. Свободное плавание. 3-5 минут

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 22**

ЗАДАЧИ:

продолжать учить делать выдох в воду, погружаясь под воду с головой; учить ложиться на воду, на спину на круг; учить толкаться руками о воду; продолжать учить пролезать в обруч.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Весёлые пузыри» (5-7 раз)
2. «Переправа» («Толкаюсь, толкаюсь руками о

воду…») (3-4 раза)

1. «Карусели» (3-4 раза)
2. «Баю-баю» (ложатся на круг как на

подушку) (2-3 раза)

1. «Весёлые пузыри» (5-7 раз)
2. «Гудок и пароходы в тоннель» (3-4 раза)
3. «Усатый сом» (3-4 раза)

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 23**

*« В гостях у Квака»*

ЗАДАЧИ: продолжать учить делать выдох в воду; закреплять понятия один и много; учить отталкиваться руками от воды; учить ложиться на воду на руки взрослого; поощрять желание детей прыгать в воду.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

- Здравствуйте, ребята! Сегодня нас пригласил к себе в гости Квак. Вы хотите к нему отправиться? А вот и он. Здравствуй, Квак!

- Здравствуйте, ребята! Сейчас мы отправимся к моему любимому родничку. Итак, в путь.

1. Игра «Маленькие и большие ноги» - 2-3 мин.

- Вот мы и дошли. Я приглашаю вас в хоровод.

2. «Хоровод» - 2-3 раза.

- Ребята, посмотрите, какие у меня ведёрки! Они волшебные, в них вода пенится. Вот посмотрите… (*берёт ведёрко, зачерпывает воду и начинает дуть на воду).* Теперь вы попробуйте.

3. Игра с ведёрками (пенящаяся вода) – 2-3 мин.

- Ой-ой-ой! Смотрите-ка, игрушки не на своих местах лежат. Это лягушата-озорники их не убрали, а сами куда-то убежали. О, да они в математическую игру играли: «Кто быстрее найдёт, где одна игрушка лежит?» Бегом к ней…

4. «Бегом к игрушкам» Закреплять понятия: «один», «два», «много». Во время бега отталкиваться руками от воды – 4-6 раз.

- Ах вот где озорники. Они воду с бортика прыгают. Кто из вас смелый, кто также прыгнет?

5. Озорные лягушата (прыжки в воду с бортика) – 4-7 раз.

- Какие смелые малыши! Как здорово они прыгают в воду! Так значит, вы и плавать не боитесь? Ложитесь ко мне на руки.

6. «Ляг на руки» Индивидуально с каждым ребёнком по 2-3 раза.

7. «Цапля»:

 Цапля вышла на охоту,

 Лягушатам мой совет:

 Кто не спрячется в болото,

 Цапнет цапля на обед. (3-4раза)

С последними словами выходят из воды.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 24**

*« Маленькие капитаны»*

ЗАДАЧИ: продолжать учить работать ногами, как при плавании кролем; продолжать учить делать выдох в воду; содействовать принятию безопорного положения в воде; закреплять знание геометрических фигур: круг, квадрат.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

- Сегодня, ребята, мы отправимся в плавание по морю-океану, а вы будете маленькими капитанами. Покажите мне, какие у вас матросские шапки, а что у вас в руках?

1. «Матросская шапка» - 4-5 раз.

- Вот так капитаны у нас. Смотрите, ребята, игрушки плывут, а вы умеете ветер делать, чтоб игрушки быстрее плыли? Итак, начали.

2. «Плыви, игрушка» - 4-6 раз.

- Сильный ветер подняли ребята, и уплыли все игрушки. В это время от берега отплыли кораблики.

3.«Кораблик» — повтор 3-5 раз.

—Плыл кораблик, плыл и приплыл к пристани. Смотрите, кораблик на пристани и не поймет, что за фонтаны такие стоят? Это моторные лодки стоят с включенными моторами.

4. Моторные лодки на пристани — повтор 3-4 минуты.

—Уплыли моторные лодки, и приплыли торпеды.

5.«Торпеды» — повтор 3-5 раз.

— Красивые торпеды плавают по реке, а кто из ребят хочет покататься на буксире?

6. «На буксире» — повтор 1-2 раза каждый.

—Накатались малыши на разном морском транспорте, смотрят — веселые пузыри приплыли.

7.«Веселые пузыри» — повтор 2-4 минуты.

—Это кто же такие пузыри пускает? Малыши? И золотая рыбка. Рыбка, рыбка! Что ты нам принесла? Геометрические фигуры? Ты хочешь, чтобы ребята попробовали, что катится?

Берите, ребята, фигуры и покатите их.

8.«Что катится» — повтор 3-4 раза каждой фигуры.

— Молодцы, ребята, все знают. Только вот, наверное, обедать вам пора, а, капитаны?

Дети выходят из воды.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 25**

ЗАДАЧИ: продолжать учить работать ногами, как при плавании кролем; продолжать учить опускать лицо в воду; делать выдох в воду; продолжать учить ложиться на спину на круг с поддержкой взрослого; учить отталкиваться руками от воды.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Фонтаны» (дети сидят на бортике).

2. «Переправа».

3. «Веселые пузыри».

4. «Самолеты».

5. «Баю-бай».

6. «Веселые пузыри»

7. Свободное плавание

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 26**

ЗАДАЧИ: побуждать принимать безопорное положение в воде; учить работать руками, как при плавании кролем, у неподвижной опоры; продолжать учить делать выдох в воду; учить работать ногами, как при плавании кролем; закреплять умение пролезать в обруч; катать мяч.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Хоровод».

2. «Моторчики».

3. «Прокати мяч».

4. «Веселые пузыри».

5. «Пароходы в тоннель».

6. «Катание на буксире».

7. Свободное плавание.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 27**

ЗАДАЧИ: знакомить с геометрическими фигурами; продолжать учить опускать лицо в воду с открытыми глазами; продолжать учить работать руками, как при плавании кролем, учить прыгать с бортика в воду; создавать условия для принятия безопорного положения в воде.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Пять веселых лягушат».
2. «Спрячься».

3. «Море волнуется».

4. «Катание на буксире».

5. «Спрыгни».

6. «Баю-бай».

7. «Веселые пузыри».

8. Свободное плавание.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 28**

(*Ведет занятие Квак*)

ЗАДАЧИ: продолжать учить передвигаться по дну бассейна, опуская голову в воду; продолжать учить делать выдох в воду, опуская губы и голову в воду; продолжать учить работать ногами, как при плавании кролем; учить ложиться на спину и живот на руки взрослому.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

- Здравствуйте, ребята, давно я у вас не был. Ой, ой, ой! Кро-ко-ди-лы!

1. « Крокодилы на охоте».

- Фу, уплыли. А кто это там фонтаны включил?

2. «Фонтаны».

- Ква, ква, ква! Приплыли катера!

3. «Катера».

Квак пускает пузыри: - Кто пузыри пускать умеет? И в пузырях меня одолеет?

4. «Веселые пузыри».

Квак хвалит ребят за красивые пузыри.

- Мостик сделайте, ребята. Буду я под ним нырять.

5. «Мостик».

- А теперь смелей ложитесь, на воде лежать учитесь.

6. «Ляг на руки».

7. Свободное плавание.

- Занятие веселое сегодня я провел, сказав вам до свидания, плавать я пошел.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 29**

ЗАДАЧИ: продолжать учить работать ногами, как при плавании кролем; продолжать учить отталкиваться руками от воды; продолжать учить опускать всю голову в воду и делать выдох в воду; учить прыгать с бортика бассейна; учить ложиться на воду с подвижной опорой.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Хоровод».

2. «Фонтаны»

3. «Моторные лодки на пристани».

4. «Переправа».

5. «Прыгни».

6. «Торпеды».

7. «Веселые пузыри».

8. Свободное плавание, индивидуальная работа.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 30**

ЗАДАЧИ: закреплять знание геометрических фигур; продолжать учить отталкиваться руками от воды; продолжать учить ложиться на воду с подвижной опорой; продолжать учить опускать лицо в воду; учить класть голову в воду назад, держась за неподвижную опору; продолжать учить делать выдох в воду; работать ногами.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Доберись до домика» (окошки разной геометрической формы).

2. «Торпеды».

3. «Спрячься».

4. «Мостик».

5. «Моторные лодки».

6. «Веселые пузыри».

7. Свободное плавание.

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 31**

ЗАДАЧИ: закрепление пройденного материала; индивидуальная работа.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Цапли».

2. «Хоровод».

3. «Фонтаны».

4. «Плыви, игрушка».

5. «Буря на море».

6. «Торпеды» (с доской или кругом).

7. «Ляг на руки».

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 32**

ЗАДАЧИ: закрепление пройденного материала; индивидуальная работа.

 ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Щука».

2. «Маленькие и большие ноги».

3. «Поймай воду».

4. «Моторные лодки на пристани».

5. «Ляг на спину» (с помощью взрослого).

6. «Спрячься».

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 33**

ЗАДАЧИ: закрепление пройденного материала; индивидуальная работа.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Волны на море».

2. «Усатый сом».

3. «Карусели».

4. «Пароход в тоннель».

5. «Бегом за мячом».

6. «Гудок».

7. «Прыгни в воду».

8. «На буксире».

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 34**

ЗАДАЧИ: закрепление пройденного материала; индивидуальная работа.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Резвый мячик».

2. «Лягушка».

3. «Цапля вышла на охоту».

4. «Достань игрушку».

5. «Упади в воду».

6. «Морской бой».

7. «Катера».

8. «Смелые ребята».

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 35**

ЗАДАЧИ: закрепление пройденного материала; индивидуальная работа.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Прыгни в воду».

2. «Самолеты».

3. «Баю-бай».

4. «Спрячься».

5. «Веселые пузыри».

6. «Пароходы в тоннель».

7. «Наша Таня».

8. «Торпеды».

I младшая группа (2-3 года)

**Занятие 36**

ЗАДАЧИ: закрепление пройденного материала; индивидуальная работа.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. «Плыви, игрушка».

2. «Хоровод».

3. «Матросская шапка».

4. «Рыбки».

5. «Дождик».

6. «Веселые лягушата».

7. «Фонтаны».

8. «Карусели».

9. «Упади в воду».

К концу года **дети I младшей группы**должны уметь: свободно самостоятельно передвигаться в воде разной глубины, принимать горизонтальное положение у подвижной опоры на груди; работать ногами вверх-вниз (как при плавании кролем) у неподвижной опоры; принимать горизонтальное положение с подвижной опорой на груди, с помощью взрослого на спине; лежать и делать попытки плыть произвольным способом на груди (2-3 метра).