Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №78 Красносельского района Санкт-Петербурга «Жемчужинка»

**Конспект открытого занятия по плаванию для детей 2-й младшей группы.**

Приоритетная образовательная область:

Физическая культура (плавание)

Используемые современные образовательные технологии

Здоровье сберегающие технологии:

Дыхательная гимнастика

Массаж

Логоритмика

Элементы закаливания

Подвижные игры

Составила инструктор

по физической культуре

Е.В. Руайкина

Провела 15 мая 2014

Санкт – Петербург

2015

**Цели:** Оптимизация детско-родительских отношений через организацию совместной двигательной активности. Стимулирование осознанного отношения семьей воспитанников к ценности здорового образа жизни, популяризация физической культуры.

**Задачи:**

1. Закрепление способности свободно передвигаться по воде, погружаться под воду.

1. Воспитание у детей уверенности в своих физических возможностях.
2. Развитие у детей физических качеств: ловкости, быстроты, координации.
3. Организация совместного активного отдыха детей и родителей; создание положительного эмоционального настроя в процессе совместной двигательной активности.

**Инвентарь:** плавательные доски, мячи, обручи, игрушки, сачки, корзины.

**Ход занятия**

Дети выходят из душа, садятся на скамеечки. Вступительное слово инструктора. Все встают на музыкальную разминку.

***Музыкальная разминка на суше (родители выполняют вместе с детьми)***

1. И.п. – о.с. руки в стороны

1 – согнуть руки, кисти к плечам, наклон головы вправо;

2 – и.п.

3 – то же влево;

4 – и.п.

1. И.п. – о.с., руки в стороны;

Хлопки прямыми руками спереди, сзади.

1. Легкий бег, руки на поясе.
2. Ходьба с подниманием и опусканием прямых рук через стороны (петушок хлопает крыльями).
3. И.п. – о.с., руки вперед.

1 – отведение правой руки назад;

2 – и.п.

3 – отведение левой руки назад;

4 – и.п.

1. И.п. – стойка ноги врозь.

1 – наклон вправо, правая рука скользит в подмышечную впадину;

2 – и.п.

3 – то же влево;

4 – и.п.

1. Прыжки – ноги врозь, ноги вместе, руки на поясе.
2. Ходьба на носочках руки в стороны.
3. И.п. – о.с., правая вверх, левая вниз. Смена положения рук с отведением назад.
4. И.п. – о.с., руки на пояс.

1 – наклон, руки вперед.

2 – и.п.

1. И.п. – о.с. носки врозь.

1 – присед колени в стороны, руки в стороны с произнесением [ква];

2 – и.п.

1. Ходьба с высоким подниманием бедра.
2. Ходьба на месте, на прямых ногах с переносом тяжести тела с ноги на ногу (мишка косолапый)
3. Ходьба на носочках руки вверх.
4. Упражнение на восстановление дыхания.

Организованный вход в воду.

***Упражнения в воде (родители - на суше)***

1. «Цапли»: ходьба с высоким подниманием бедра – 30 секунд.
2. «Крабы»: ходьба в приседе правым, левым боком – 30 секунд.
3. Прыжки у бортика держась за поручень.
4. «Рыбки песенки поют»: выдохи, опуская лицо в воду.

***Развлечения (дети в воде, родители на суше)***

Задания выполняются по очереди, родители помогают детям, дети помогают родителям.

1. (*Дети в воде*): игра *«Кто сильнее»*: перегнать мячик до противоположного бортика, не касаясь его. Методические указания: сильно дуть на мячик, руки за спиной.
2. (*Родители на суше)*: надуть надувные мячи, кто быстрее.
3. (*Дети в воде*): перевезти на плавательной доске игрушки на противоположный бортик. Методические указания: игрушки перевозятся по одной штуке.
4. (*Родители на суше*): раскладывают игрушки по принадлежности живой, не живой (дети помогают).
5. (*Дети в воде)*: игра «*Самый ловкий*»: собрать рассыпанные мячики в свой обруч, кто больше.
6. (*Родители на суше*): собрать рассыпанные в воде мячики сачком в свою корзину, кто больше.

Свободное плавание – 2 минуты.

Организованный выход из воды. Угощение.