**Праздник на воде**

**«Водоем встречает детей»**

**Дошкольная группа:** 5-6 лет, старшая.

**Дата проведения:**

**Тип занятия:** физкультурный досуг; итоговое

**Цели:** содействовать сохранностипсихоэмоционального и физического здоровья детей.

**Задачи:**

-закрепить умение погружаться в воду с головой и задерживать дыхание под водой;

-совершенствовать умение выполнять движения ногами, как при плавании кролем , на груди;

-закаливать детский организм;

-воспитывать культурно-гигиенические навыки и желание заниматься физической культурой

-воспитывать интерес к занятиям физической культурой и спортом

**Оборудование:** плавательные доски, тонущие игрушки (лягушки), ласты, надувные круги, технические средства(аудиозапись звука воды)

**Принципы работы, подходы:** системность, целостность, единство воспитательно-образовательного процесса; личностно-ориентированного подход ; принцип опоры на ведущую деятельность – игру для достижения оптимального результата.

**Форма организации деятельности:** фронтальная, игровая

**Структура занятия:**

1.Организационный момент (принятие душа, построение, вход в бассейн)

2.Вводная часть (беседа, разминка)

3.Основная часть

4.Подведение итога

5.Заключительная часть (игра, свободное плавание).

**Предполагаемый результат:** дети умеют открывать глаза в воде и находить предметы, умеют задерживать дыхание под водой, ныряют, выполняют акваритмическое упражнение «Звезда», плавают со вспомогательными предметами(доской) работая ногами, как при плавании кролем, плавают неспортивным(произвольным) способом, плавают в ластах.

**Конспект итогового занятия по плаванию**

**«Водоем встречает детей»**

**1. Вводная часть**

Дети после принятия душа проходят в бассейн. Там их встречает Черепаха Тортилла :

-Здравствуйте. Меня зовут Черепаха Тортилла. Я 200 лет живу в этом водоёме, но таких чудных малышей еще не видела. А вы кто такие?

Инструктор:

-Я инструктор по плаванию, а это мои юные пловцы ученики. Я учу этих ребятишек плавать. А сегодня мы пришли к вам в гости на ваш водоем посмотреть и показать, что мы умеем. Но сначала мы покажем, какие мы ловкие и сильные на суше.

Проходит разминка на суше:

1. Ходьба на месте
2. И.П. ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Махи руками. Вверх, встать на носки—вдох, опуститься на ступню, руки вниз-выдох
3. И.П. руки на плечи. Вращение руками назад. 8-10 раз
4. И.П. ноги на ширине плеч, руки на поясе. Повороты туловища 1-2 влево, 3-4 вправо. 8-10 раз
5. И.П. ноги вместе, руки на поясе. Прыжки на двух ногах. 10-12 раз.
6. Упражнение на дыхание. И.П. стоя на месте, ноги вместе, руки вдоль туловища. Резкий взмах руками-вдох, присесть-выдох. 5-6 раз.

**2. Основная часть**

Инструктор:

-Понравились вам наши детки? Можно нам теперь в ваш водоем поплавать?

Дети заходят в воду

Инструктор:

-Но идти тяжело, помогайте себе руками. (Дети идут вдоль бассейна, выполняя гребковые движения руками).

Построение вдоль перекладины.

Черепаха Тортилла:

-Но так как вы у меня в гостях, а я черепаха не простая, я буду превращать вас в обитателей водоема и посмотрю, чему вы научились. Сейчас я вас превращу в рыбок. Мои рыбки быстро плавают и шевелят быстро хвостиком. Покажите , как вы можете шевелить ногами.

Инструктор:

-Дети, давайте покажем Тортилле, как мы умеем. Держимся за перекладину, руки вытянуты , туловище лежит на воде, шевелим ногами, как при плавании кролем. (2-3мин)

- Я иду, я иду

Поднимаю ножки

У меня на ногах

Новые сапожки

Во время выполнения упражнения проводится индивидуальная работа(поддержать, поправить, похвалить)

Черепаха Тортилла:

-Молодцы. А теперь я вас превращу в лягушек.

Инструктор:

-А лягушки умеют квакать, высоко прыгать и прятаться от цапли в воде. Опуститесь в воду, задевая дно руками, задержите дыхание и выпрыгните из воды высоко. (5-6раз)

- Высоко, высоко, высоко подпрыгну,

Да-да-да, да-да-да, лужу перепрыгну

Черепаха Тортилла:

-Замечательные лягушата. Но теперь превращу вас в цапель.

Инструктор:

-А цапли ходят высоко поднимая ноги (дети показывают на месте)

На носочки встали

Потолок достали.

Ножки подняли столько раз, сколько цапелек у нас.

- Цапли умеют доставать лягушек со дна. Детям раздаются тяжелые игрушки-лягушки) Нырните под воду, откройте глазки и достаньте лягушку со дна водоема (6-8 раз)

Черепаха Тортилла:

-А теперь я вас превращу в ловких и быстрых рыбок. Они очень юркие, как мы умеем скользить на спине с досточкой, помогая себе ногами, проплывают в любую щель, под камешек ит.д.

Инструктор:

-Мы можем показать как плавают рыбки. Дети проплывите в обруч , под водой, быстро и ловко. (Обруч держит инструктор, дети друг за другом выполняю упражнение).

Инструктор:

-Мы умеем скользить, плавать, скользить с помощью движения ног. Хотите посмотреть?

Дети давайте покажем Черепахе, как мы умеем скользить на груди с досточкой, помогая себе ногами. ( дети по двое выполняют движение на груди с досточкой, инструктор поправляет или подсказывает, обращает внимание на положение тела)

- Над речушкою  
В тиши  
Шелестят камыши.  
А в воде  
У камышей  
Шесть задиристых ершей.  
Не ершитесь вы, ерши,  
Лучше спрячьтесь в камыши.  
Вас ершей-малышей  
Щука ждет у камышей.  
Ю. Могутин

(Дети не выполняющие нырок в обруч произносят слова вместе с инструктором).

-Еще мы умеем плавать неспортивным способом.

Черепаха Тортилла:

-Я не знаю такого способа.

Инструктор:

-Наши детки маленькие, они только- только осваивают первые движения в воде, мы не спортсмены, поэтому плавание у нас не спортивное, а для здоровья, закаливания, развития дыхательной системы. Сейчас мы вам покажем, как умеем держаться на воде.

Дети по двое плывут, инструктор комментирет, подсказывает, Черепаха хвалит.

Черепаха Тортилла:

- Я никогда не была на море, но слышала, что есть морская звезда, она очень красивая.

Инструктор:

- Мы можем показать, какая эта звезда красивая.

Итог:

Инструктор и черепаха:

- Многое умеют дети, нырять под воду, задерживать дыхание, открывать глаза под водой, плавать способом «кроль». Ребята, Вы молодцы.

3. Заключительная.

Черепаха:

- А теперь поиграем. Игра «Караси и карпы». Проводится 2-3 мин.

Инструктор:

- Можно мы поплаваем у Вас в водоеме?

Свободное плавание 5 мин. Во время которого Черепаха Тортилла обливает детей прохладной водой, с целью закаливания организма.

Дети выходят из воды и проходят в душ.