Сценарий спортивного развлечения в бассейне для детей подготовительной группы.

«Мы уже умеем плавать»

(дети 6-7 лет)

**Тема**: Закрепление техники выполнения скольжения на груди с работой ног способом кроль.

**Задачи:**

1.Закреплять умения лежать и скользить на воде, ориентироваться под водой, плавать с плавательной доской при помощи движений ног способом кроль на груди.

2. Развивать физические качества: быстроту, ловкость, координацию движений.

3. Воспитывать смелость, выдержку и смекалку.

**Оборудование**: доски, обручи, игрушки тонущие.

Занятие проводится в бассейне. Дети входят в бассейн.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть НОД | Содержание НОД | Дозировка | Метод. указания |
| Подготовительная 7` | 1. Построение.   Преподаватель: Здравствуйте дорогие ребята! Скажите, а вы хотите стать настоящими спортсменами, и достичь высоких результатов в спорте. Готовы к испытаниям?  Дети: Да!  Преподаватель: Тогда в обход по бассейну шагом марш!   1. 1.ОРУ в движении:   1.1Ходьба   * На носках * На пятка   1. Бег   Преподаватель: Внимание!  Становись по порядку,  Дружно делайте зарядку!  В мире нет рецепта лучше-  Будь со спортом неразлучен.  2. ОРУ в движении   * И. п. руки на пояс.   1-4- круговые движения головы вправо,  1-4 тоже в лево   * И. п., правая вверх, кисть в кулак   1-2-пружинистые отведения  3-4 тоже другой рукой | 0.5`  1`  1.5`  4-6  4-6  4-6 | Следить за осанкой.  На высоких носках  Следить за дыханием  Спина прямая  Плечи не поднимать  Большая амплитуда  Руки не сгибать |
| подготовительная | * И. п. руки внизу   1-4 круговые движения рук вперед  1-4 тоже назад   * И. п., руки внизу,   1-наклон к правой  2- тоже к левой,3-4 тоже.   * И.П руки внизу, * 1-3 три шага вперед, 4- наклон в перед * И. п. Руки на пояс,   Ходьба в приседе   * И. п. Руки на пояс,   1-4 прыжки на двух из приседа | 4-6  4-6  4-6  0.5  4-6 | Большая амплитуда  Руки не сгибать  Наклон ниже  Ноги прямые  Пуки и ноги прямые , руками коснуться пола, задержать дыхание лицо под воду.  Спина прямая  Подскоки выше  Ходьба на месте |
| Основная19` | Преподаватель**:** Молодцы! Четко, красиво выполняли упражнения. Ребята вы знаете символы Олимпийских игр 2014г.  Дети: Да!  Преподаватель**:** Назовите, пожалуйста их.  Дети: Медведь, снежный барс, зайчик.  Преподаватель**:** Посмотрите кто к нам пришел в бассейн.  Входит зайчик.  Зайчик: Здравствуйте дорогие ребята, я символ Олимпийских игр 2014гв г. Сочи.  Я пришел посмотреть, какие вы спортивные и ловкие, как вы умеете быстро передвигаться по воде, нырять, лежать и плавать.   1. Эстафеты:   1. «Спасатели»  2.«Переправа»  3. «Подныривайте в обруч»  4.«Проплыви через тоннель»  5.« С донесением вплавь»  Зайчик: Молодцы юные пловцы! Вы умеете не только плавать, но и читать. А теперь проверим, умеете ли вы погружаться в воду, спортсмены должны быть смелые и не бояться сложностей.  Мы ребята смелые,  Ловкие, умелые.  Если захотим-  В воду поглядим.  6. «Подводники» | 19` | Расчет по два (разделиться на две команды)  Следить за правильностью выполнения. |
| Заключительная 4` | Преподаватель: Молодцы! А сейчас у вас 3 минуты свободного плавания покажите как вы умеете плавать.   1. Свободное плавание (школа умений)   Преподаватель: Ну что, зайчик понравились тебе наши спортсмены?  Зайчик: Молодцы, теперь я вижу , что вы умеете плавать и если вы и дальше будете заниматься спортом, то станните настоящими спортсменами, а мне пора, до свидание!  Преподаватель: Сейчас ребята давайте восстановим дыхание. Строимся на исходное положение.   1. Дыхательная гимнастика   «передышка»  Преподаватель: Дорогие ребята, вы достойно выдержали испытания. До свидания! | 3`  1` | Не толкаться, выполнять движения аккуратно.  Глубокий выдох, и вдох |