**Конспект открытого занятия плаванию для группы «КОЛОКОЛЬЧИКИ» СТАРШАЯ группа инструктора по плаванию Кривченко А.А.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Занятия** | **Дата** | **Задачи** | **I часть.**  **Подготовительная часть – на суше** | **II часть.**  **Основная часть – в воде** | **III часть.**  **Заключительная**  **часть** | **Индивидуальная работа** | **Оснащение среды/ оборудование/**  **материалы** |
| 23 | 1 неделя марта  04.03.16 | - обучение детей плаванию при помощи движений ног и рук способом кроль на груди и на спине  -закрепление пройденного материала | - построение  - перестроение для разминки  -  Разминка – танец под музыку  **«ХАЛАХУП»**  - ходьба на месте, прыжки, махи руками, подскоки, дыхательное упражнение  -мельница вперед  -Мельница назад  - руки брасс  - дыхательные упражнения  -после вдоха тихо произнести звуки [ф],[х],[ц]  - построение у борта | -Ходьба с выполнением движений руками способом кроль, брасс – по 2 круга  -Бег с нырянием через обруч - по 2 круга, достать со дна по команде либо кольца для ныряния, либо рыбок  -Ходьба с выполнением выдохов в воду (наклонившись вперёд, руки за спину)  -«Стрелка»-, скольжение на груди, руки впереди  -перестроение, рассчитались на 1-й – 2-й  -ноги кроль с доской - 2 раза  - плавание кролем на груди с доской, гребки одной рукой – 2 раза на правую и 2 раза на левую руки  - плавание кролем на груди с доской попеременно гребки правой и левой руками. – 2 раза  -Плавание комбинированным способом (ноги — кроль, руки — брасс) в согласовании с дыханием  -Выдохи в воду  -Плавание на спине при помощи движений ног способом кроль  -Плавание кролем на груди, в полной координации  -Выдохи в воду с произнесением звука [у] | -Подвижная игра «Дуйбол»  - игра «Сом не спит»  -Свободное плавание, индивидуальная работа | - отработка ныряния и согласования дыхания с техникой с отстающим ребенком | -игрушки, надувные круги, пенопластовые  доски, ,мячи силиконовые. Мячи пластиковые. Очки для плавания, кольца для ныряния, рыбки для ныряния. |