**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 марта04.03.16 | - 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, пенопластовыедоски, ,мячи силиконовые. Мячи пластиковые. Очки для плавания, кольца для ныряния, рыбки для ныряния. |