Сценарий развлечения в бассейне

«Не боимся мы воды!»

(старшая группа)

Цель. Организация активного отдыха детей.

Задачи.

1. Закрепить интерес детей к занятиям физическими упражнениями в бассейне.

2. Способствовать закреплению и совершенствованию двигательных умений и навыков в воде.

3. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, создавать положительный эмоциональный настрой.

Предварительная работа.

Запись фонограммы для занятия, оформление помещения бассейна.

Оборудование.

Аудиозапись музыки, доски плавательные, плавательные круги, маски-шапочки цапли, щуки, тонущие игрушки.

Место проведения.

Плавательный бассейн.

Ход развлечения.

Инструктор. Здравствуйте, ребята! Сегодня мы покажем родителям, что не боимся мы воды!

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы | Содержание деятельности | Периодичность | Методические  указания |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Подготов  ителтная  часть  3 мин (на суше) | Проводится разминка на суше. Комплекс №2,  Ходьба на носках, пятках, приседе.  Лёгкий бег, бег с захлёстом голени. Упражнения на восстановление дыхания (поднять руки через стороны – вдох, опустить в и.п.- выдох.  И.п. сидя, руки в упоре сзади. Работа прямыми ногами (кроль).  «Кто выше?» прыжки на двух ногах.  Упражнения на восстановление дыхания (поднять руки через стороны – вдох, опустить в и.п.- выдох. | 1-2 мин  3-4 раза  2раза по 10  8-10раз  3-4 раза | Спину держать прямо  Ноги в коленях не сгибаются |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Основная  часть  14 мин (в воде) | Спуск в воду.  Умыться, поздороваться с водой.  Водичка, водичка умой моё личико,  Чтобы глазки блестели,  Чтобы щечки краснели,  Чтоб смеялся роток,  Чтоб кусался зубок.  П/и «Лягушки и цапля»  Прыжки в воде, держась за поручень;  Различные виды ходьбы по кругу:  - «Ледоход» (ходьба с высоким подниманием бедра, руки за спиной);  - «Лодка с вёслами» (ходьба в приседе руки выполняют гребковые движения);  - «Подводная лодка» (ходьба с погружением под воду по сигналу);  «Проверка работы двигателя лодки»  (имитация работы ног как при плавании кролем на груди и спине», держась за поручень;  Скольжение на груди с плавательной досточкой:  - «Парусная лодочка» (без движения ног);  - «Моторная лодочка» (движения ног кролем);  - «Подводная лодка» (голова под водой);  П/и «Морское путешествие»  Дети передвигаются по бассейну с досточками в руках, по сигналу «буря», прячутся под воду;  П/и «Найди клад»  Достать со дна бассейна тонущие игрушки;  П/и «Щука и рыбки»  Дети на плавательных кругах перемещаются по бассейну, щука догоняет их. | 1мин  2мин  2-3мин  30-40сек  3мин  1-2мин  2мин  3мин | Выполнять движения синхронно, правильно погружаться под воду.  Опускать голову под воду.  Ноги держать прямо, большой и маленький фонтан.  Ритмично работать ногами.  Задержать дыхание на 2-3 сек.  Правильно закрывать рот, надуть щёки.  Рыбки прячутся в домике. |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Заключи  тельная часть  3-4мин | Упражнение «Морская звезда» на груди и спине;  Упражнение «Морская змея»  Дети в кругах держаться друг за друга, инструктор катает по бассейну;  Свободное плавание;  Выход детей из бассейна. | 1мин  1мин  1мин | Набрать воздуха, расслабиться. руки и ноги прямые в стороны.  Ноги развести в стороны. |