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 | Методическиеуказания |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Подготовителтная часть3 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 мин3-4 раза2раза по 108-10раз3-4 раза | Спину держать прямоНоги 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. | 1мин2мин2-3мин30-40сек3мин1-2мин2мин3мин | 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 |
| Заключительная часть3-4мин | 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. | 1мин1мин1мин | Набрать воздуха, расслабиться. руки и ноги прямые в стороны.Ноги развести в стороны. |