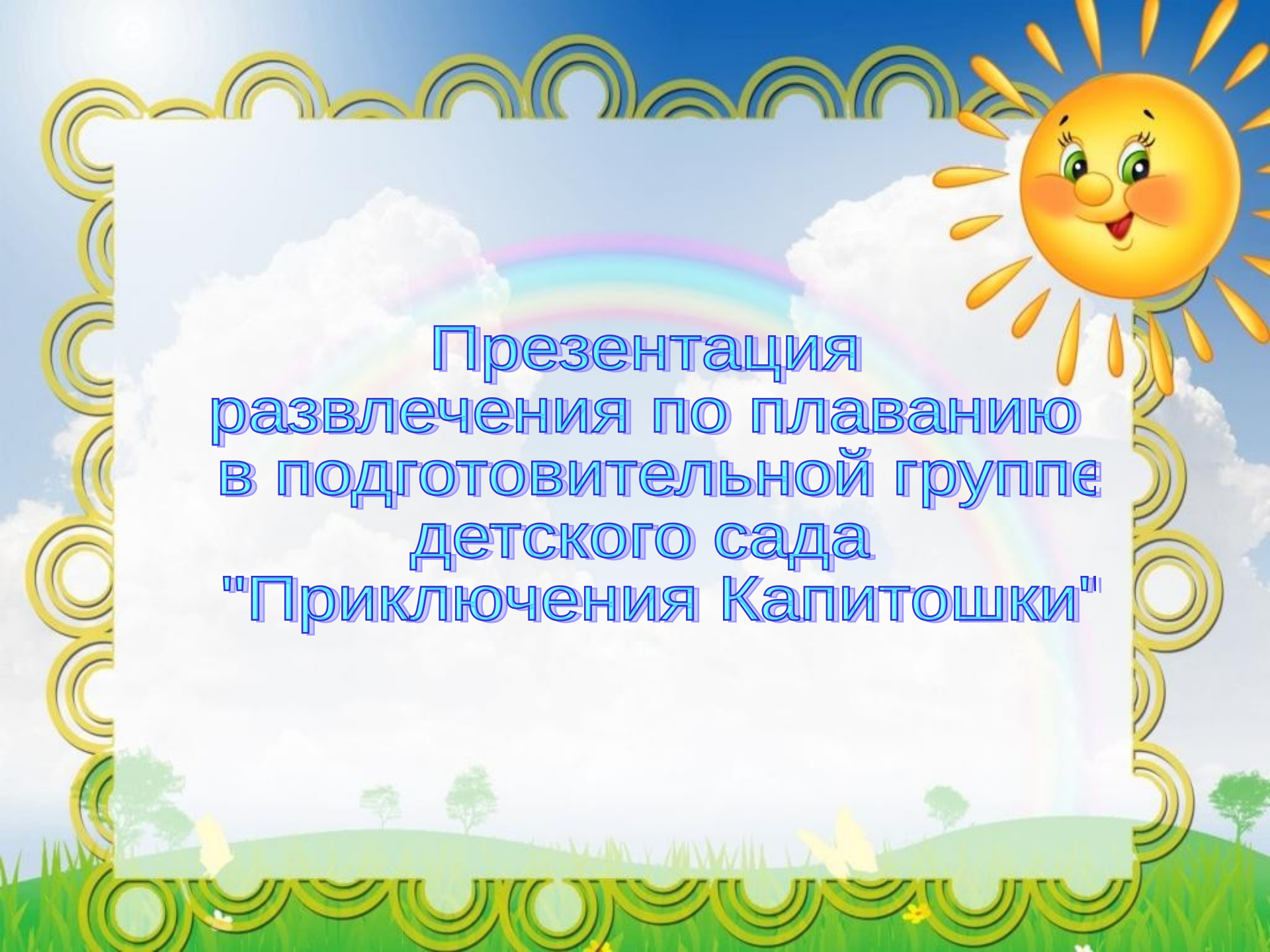


Конкурс: "Талантоха"

Номинация:
"Творческие работы и методические разработки"

Автор занятия:
инструктор по физкультуре и плаванию
высшей квалификационной категории
Гончукова Любовь Владимировна
МБДОУ № 506 "Солнышко"
г. Новосибирск





Презентация
развлечения по плаванию
в подготовительной группе
детского сада
"Приключения Капитошки"

Задачи:

Оздоровительная: Укреплять мышцы ОДА, ССС, ДС.

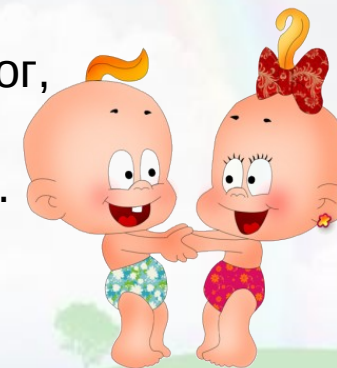
Воспитательная: Развивать смелость, уверенность в свои силы, целеустремлённость.

Образовательная :

Совершенствовать умения скольжение на груди и на спине.

. Закреплять умение сочетать движения рук и ног, как при плавании способом «кроль».

.Упражнять детей погружаться в воду с головой.





Предварительная работа:

- 1. Просмотр мультфильма «Капитошка».
- 2. Рисование понравившихся героев.
- 3. Оформление бассейна к развлечению рисунками детей.



Оборудование:

- Посылка от Капитошки.
- Цветик – семицветик с заданиями на лепестках.
 - ваза для семицветика
 - Светильник «Букет цветов»
- Воздушный шарик «Капитошка».
 - Парашют.
 - Мяч.
- Массажные мячи по количеству детей.
- Тонущие игрушки – зверюшки.
- Картинки с упражнениями:
 - «Поплавок», «Звёздочка», «Стрелочка»





Письмо от Капитошки

Здравствуйте, ребята!
Моя подруга Волчонка скоро день
рождения.

Я хотел ему подарить букет цветов.

Но он не очень красив.

Чтобы он стал ярким, весёлым,
его надо полить волшебными капельками.

А сейчас ещё зима, и я их
сделать волшебными не могу.

Тучки мне подсказали, что это могут
сделать ребята из детского сада
«Солнышко».

Помогите мне, пожалуйста, ребята.
Капитошка.





Ну что,. ребята, поможем Капитошке оживить
капельки?

Разминка на суше



«Плывём по реке» - круговые движения
вперёд и назад





«Повороты» - и.п.: ноги на ширине плеч, руки в стороны.
Повороты вправо (влево).



«Поплавок» - и.п.: о.с., руки в стороны.
Присесть, обнять колени, голову спрятать на коленях.





«Подуем на бабочку» - упражнение на дыхание.
Губы сделать «трубочкой»,
дуем на бабочку длинной струйкой.



Пальчиковая гимнастика –
«**Бинокль**»



Упражнения в бассейне



Отрываем первый
лепесток с заданием.

Выполни
упражнения
с массажными
мячами





Комплекс упражнений с массажным мячом



Упражнения с массажным мячом

• **«Лепим колобка»** - и.п.: о.с., массажный мяч

1-вдох, катать мяч ладошами.

2-присед, выдох, продолжать катать мяч ладошами.

• **«Передаём колобок из рук в руки»** - и.п.: о.с., мяч в правой руке, голова лежит на плече.

1-вдох, опустить лицо в воду, левую руку вынести вперёд.

2-выдох в воду, переложить мяч в левую руку.

• **«Стрелочка с ежом»** - и.п.: о.с., руки прямые держат мяч – ёж впереди.

Доплыть до противоположного бортика

«Стрелочкой», работая ногами,

как при плавании способом «кроль».

Отрываем второй
лепесток с заданием.



Посмотри на рисунок.
Скажи, как называются
эти упражнения.
Покажи их сам.





«Звёздочка»

И.п.: стоя, ноги врозь, руки в стороны.- вверх. Сделать вдох, задержать дыхание, лечь на грудь (на спину), лицо опустить в воду (на спине – подбородок прижать к груди)





«Стрелочка»

И.п.: стоя, ноги вместе, руки вытянуты вверх, голова зажата между руками. Сделать вдох, наклониться вперёд и выполнить толчок обоими ногами от дна бассейна (или ногой от бортика)



«Поплавок»

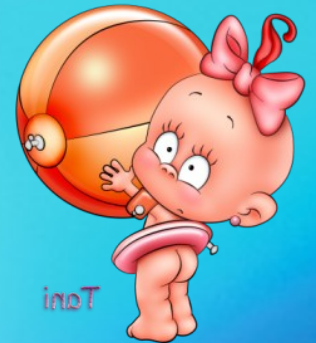


И.п.: стоя, ноги вместе, руки в стороны.
Сделать глубокий вдох, присесть, обнять колени и оторвать ноги от дна.

Отрываем третий
лепесток с заданием.



«Это трудная задача –
Не ступить ногой на дно.
Шевелит пловец руками,
Дышит, крутит головой»



innoT

«Кроль» на груди



Проплыть способом «кроль» на груди и на спине.

Отрываем четвёртый лепесток с заданием.



Отгадайте загадку:
«Под водою быстро мчится,
Над водой парит, как птица.
Житель тёплых он морей,
Верный спутник кораблей.
(Дельфин)»



Игра «Стайка дельфинов»



*«Наш парус ветер подгоняет,
Корабль скользит
по ласковой волне,
Вот за бортом дельфин играет.
Резвясь в прозрачной глубине.»*

У бортика дети принимают стартовое положение пловца. По команде «Марш!» дети выпрыгивают вперёд, входя в воду «стрелкой», а затем выполняют движения ногами и туловищем как дельфины, стараясь доплыть до обозначенного места.

Игра с парашютом «Пойграй с капелькой»



Игра на релаксацию «Покатай капельку»

Дети стоят по кругу, держат парашют за петлю. На середине парашюта лежит мяч – капелька. Надо покатаь «капельку» по кругу (по краю парашюта).

Отрываем последний
пятый лепесток с заданием.



Спасите
зверюшек.





Игра «Спасатели»



Достать игрушки со дна бассейна.



Все задания выполнены.
Давайте вспомним,
что мы делали? (по ходу
ответов в кувшин опускаются
лепестки – капельки. В кувшин
заранее нарезан мелко
блестящий новогодний дождь).
Ну, а теперь польём букет
волшебными капельками
(«поливают» мелко нарезанным
дождём. Светильник – букет
загорается). Получилось у нас
выполнить просьбу Капитошки.
Сегодня же отправим ему посылку
в лес.



А мы всех приглашаем
всех попить витаминный чай.
Проходите, пожалуйста



Спокойствие и внимание!

