

Сценарий игрового занятия по плаванию «Непослушные мячи»

Задачи:

1. Закрепить интерес детей к занятиям физическими упражнениями в бассейне.
2. Способствовать закреплению и совершенствованию двигательный умений и навыков.
3. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, создавать положительный эмоциональный настрой.

Предварительная работа:

1. Запись фонограммы для занятия.
2. Оформление помещения бассейна.

Оборудование:

Место проведения: Плавательный бассейн.

Ход занятий:

Инструктор: Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас необычное занятие. Мы сегодня будем играть с предметом, который вы все любите. А как он называется, вы сейчас отгадаете.

Загадка для младших детей:

Круглый, мягкий, полосатый.
Нравиться он всем ребятам.
Может долго он скакать
И совсем не уставать. (Мяч.)

Загадка для старших детей:

Бьют его рукой и палкой,
Никому его не жалко.
А за что беднягу бьют?
Да за то, что он надут. (Мяч.)

Инструктор: Правильно это мяч. А вы знаете стихотворения про мяч?

Дети: отвечают.

Дети заходят в бассейн, берут по одному мячу и под музыку идут по кругу, выполняя следующие упражнения.

1. Ходьба на носках, руки прямые с мячом над головой.
2. Ходьба в полуприседе, прямые руки с мячом впереди.
3. Бег, мяч прижат к груди.
4. Прыжки, удерживая мяч согнутыми руками около груди.
5. Ходьба с выполнением упражнений на дыхания: руки вверх – вдох, наклониться, опустить руки с мячом на воду, выдох в воду.

Дети выполняют перестроение для выполнения комплекса аква-аэробики.

Инструктор:

Если хочешь стать умелым,
Ловким, быстрым, смелым,
Физкультурой занимайся

И водою обливайся!

Комплекс аква-аэробики

1.И.п.- стоя ноги врозь, прямые руки с мячом вверху.

1- опустить мяч на воду;

2- и.п.

8 раз

2. И.п.- стоя ноги врозь, прямые руки с мячом вверху.

Круговые движения прямыми руками перед собой вправо.

8 раз

3. И.п.- стоя ноги врозь, прямые руки с мячом вверху.

Круговые движения прямыми руками перед собой влево.

8 раз

4. И.п.- то же.

Наклоны в стороны - 8 раз.

5. И.п.- стоя , прямые руки с мячом вверху.

1-присед, прямые руки вперед;

2- и.п.

8 раз

6. И.п.- стоя , прямые руки с мячом вверху.

1- 3- наклон вперед, руки положить на воду- выдох;

4- и.п.- вдох.

5 раз.

Лежание на воде.

Для детей 3-4 лет:

1. Лежат на груди, удерживая мяч согнутыми руками перед собой.

2. Лежат на спине, удерживая мяч на груди.

Для детей 4-7 лет:

1.Лежат на груди ноги вместе, прямые руки с мячом впереди.

2.То же, но ноги врозь.

3.Лежат на спине, ноги вместе, удерживая мяч на груди.

4. То же, но ноги врозь.

Конкурсы:

1.Бегут со сцепленными руками за спиной, толкая мяч головой перед собой.

2. Ходят, брызгая на мяч ладошами.

3. Плавают при помощи движений ног способом кроль на груди, удерживая мяч перед собой; на спине, удерживая мяч на груди (для детей 5-7 лет)

4. Бегут с мячом до указанного места, бросают мяч в обруч, лежащий на воде.

Подвижные игры

1. «Пушбол»

2. «Салки»: с большим, средним и малым мячами.

Дети 3-4 лет играют в «Пушбол» и «Салки» с большим мячом.

3. «Разноцветные мячики» Пока звучит музыка, дети играют с мячами.

Музыка остановилась – нужно лечь с мячом на воду: водящий ловит

того, кто не успел это сделать. Пойманный игрок становится водящий.

4. «Удочка» . Дети выстраиваются в шеренгу около бортика. Инструктор с удочкой, на конце которой прикреплен надувной мяч, после слов

«Ловись, рыбка, большая и маленькая» старается коснуться мячом игрока. Пойманый игрок выходит из воды.

Инструктор: За прекрасное занятие я всех вас благодарю, и в подарок всем сегодня я конфеты подарю.

Литература: А.А.Чеменева, Т.В.Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Санкт-Петербург ДЕТСТВО-ПРЕСС 2011г.
Стр.277