Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение г.о. Саранск «Центр развития ребенка – детский сад № 46»

**КОНСПЕКТ**

**ИННОВАЦИОННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**ПО ПЛАВАНИЮ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

**«Цветочки»**

Саранск, 2016 г.

Конспект занятия по плаванию в старшей группе.

1. Инструктор: Здравствуйте ребята, с каким настроением вы пришли на занятие? Все помнят упражнения, которые мы делали на прошлых занятиях? А сейчас по моей команде мы пройдем с вами в зал плавательного бассейна и построимся вдоль бортика. Все слушают меня и выполняют упражнения только по моей команде вместе со мной.

Дети входят в бассейн. Встают у бортика и начинают вместе с педагогом выполнять ОРУ:

1) И. п. – стоя, сделать вдох, присесть, плотно сгруппироваться, обхватив голени руками, наклонить голову к коленям.

2) И. п. – тоже, руки опущены вниз:

1 - подняться на носки, руки вверх,

потянуться;

2 - вернуться в И. п., расслабиться.

3) И. п. - упражнение волны, руки перед собой, разводим руками.

4) И. п. – упражнение рыбка, лежа на животе, руки вытянуты, ноги вытянуты. Качание.

Инструктор: Ой, что это такое? Кто это?

Нептун: Ой! Здравствуйте! Куда это я попал? Что вы здесь делаете?

Инструктор: Ребята вы знаете кто это?

Дети: Нептун.

Инструктор: Нептун, ты попал в бассейн детского сада. Ребята учатся здесь плавать.

Сейчас ребята тебе покажут. Они все очень любят плавать и играть в воде. Хочешь поучаствовать в нашем занятии?

Нептун: Очень хочу!

Инструктор: Так присаживайся и смотри! Ребята пойдемте вместе со мной в воду и покажем что мы умеем! (дети заходят в воду по одному и строятся вдоль бортика). Дети давайте мы покажем Нептуну, как мы умеем нырять. Упражнение «Нырни в воду» по сигналу педагога(3 раз). Сначала, посмотрите, как делаю это я. (педагог показывает). А теперь попробуйте все вместе по моему сигналу (дети выполняют по 3 раза). Молодцы ребята!

Нептун: Вот молодцы ребята! Но так все умеют!

Инструктор: А фонтаны ты умеешь пускать?

Нептун: Какие? Это как в парках города?

Инструктор: Да.

Нептун: Не может этого быть.

Педагог: Ребята, покажите, пожалуйста,Нептуну, какие вы умеете пускать фонтаны. Только помните, что при выполнении упражнения ноги должны быть прямые, а носки оттянуты (дети выполняют упражнение, педагог наблюдает за детьми и помогает).

Упражнение «Фонтаны».

Нептун: Ну, молодцы ребята, у вас фонтаны действительно как в парках. А у меня в море нет таких фонтанов, одни только дельфины и русалки.

Педагог: А у нас еще дети могут превращаться в морских звездочек и стрелочек.

Упражнение «Звездочка» на груди, «стрелочка» на груди (используем нудлсы).

Нептун: Молодцы, все у них получается! А плавать они умеют? А то все играют.

Инструктор: Смотри, Нептун. Они умеют плавать с досками. Ложиться на воду, отталкиваться ногами от дна и плыть работая ногами. (дети демонстрируют свои умения)

Нептун: Ой! Вы мне так нравитесь.

Нептун рассыпает цветные мячики в воду.

Нептун: Ой, ребята я их не хотел рассыпать. Извините!

Педагог: Не чего Нептун, дети сейчас все соберут. Ребята по моему сигналу собираем мячики в контейнер! Упражнение «Водолазы»

Нептун: Молодцы, а мои помощники мне тоже собираю со дна моего моря ракушки. Ой что то я устал!

Инструктор: Ты пока отдохни, а мы тебе покажем, что еще умеем. Ребята давайте поиграем в игру «Море волнуется». Давайте сделаем красивый круг. (Под слова дети вместе с педагогом идут по кругу и в конце слов изображают фигуру)

Море волнуется раз,

Море волнуется два,

Море волнуется три,

Морская фигура замри!

Нептун: молодцы, ребята я так не умею делать как вы. Но мне пора в мое царство морское.

Мне понравилось у вас,

Встретимся еще не раз!

До свидания, друзья.

Занимались вы не зря.

Дети вместе с педагогом: До свидания Нептун!

Педагог: И нам ребята пора собираться в группу. Строимся вдоль бортика и подходим к лестнице. Дети по одному выходят из воды, инструктор помогает им. Перекличка.

Список литературы:

1. Андрианов, Александр Инновационные технологии в плавании / Александр Андрианов. - М.: 2012. - 128 c.  
2. Булах, И.М. Научите меня плавать / И.М. Булах. - М.: Книга по Требованию, 2012. - **150** c.  
3. Булгакова, Н. Ж. Игры у воды, на воде, под водой / Н.Ж. Булгакова. - М.: Физкультура и спорт, 2000. - **990** c.  
4. Вангулов, Алексей Всерьез о курьезах большого спорта / Алексей Вангулов. - М.: Советский спорт, 2013. - 136 c.  
5. Капотов, П. П. Обучение плаванию / П.П. Капотов. - М.: Воениздат, **2018**. - **498** c.  
6. Кардамонова, Н. Н. Плавание: лечение и спорт / Н.Н. Кардамонова. - М.: Феникс, 2001. - 320 c.  
7. Каунсилмен, Д.Е. Спортивное плавание / Д.Е. Каунсилмен. - М.: ЁЁ Медиа, 1982. - **963** c.