

Департамент образования  
администрации города Ноябрьска  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «МАЛЬВИНА»

**Конспект**  
**занятия по плаванию «Резвые ребята»**  
**для детей среднего дошкольного возраста**

**Разработала:**  
**инструктор по физической культуре**  
**Якушева Елена Владимировна**

*2017 год*

**Конспект НОД по плаванию «Резвые ребята»**

## для детей среднего дошкольного возраста

### Задачи:

- Оздоровление детей.
- Создание условий для эмоционального расслабления.
- Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности.
- Формировать умения и навыки правильного выполнения плавательных движений.
- Воспитывать организованность и чувство коллективизма.

Дети входят в бассейн и строятся в шеренгу, ориентируясь по игрушкам, расставленным на бортике (кораблики, лягушки, уточки, рыбки и т.д.).

### Инструктор:

Здравствуйтесь ребята, сегодня у нас с вами необычное занятие, а весёлое и увлекательное путешествие в страну игр и развлечений. Ответьте мне на вопрос: Вы весёлые ребята? Да! Озорные? Да! А вы любите бегать и играть? Да! Ну что давайте тогда начнём наше весёлое путешествие в страну «Игроманию».

### Игровые упражнения:

- Упражнение «Цапля». Ходьба по воде, высоко поднимая колени, опуская ногу в воду с брызгами (*дети ходят в разных направлениях*);
- Упражнение «Морской конёк». И.п.: пятки вместе носки врозь, присесть на носочках, спина прямая, руки за головой (*прыжки в с продвижением вперёд в полном приседе*);
- Упражнение «Фонтан». Дети садятся в круг, руки в упоре сзади, поднимают ноги и по сигналу начинают работать ногами, чтобы появились брызги (лицо не отворачивать и не закрывать глаза);
- Хлопки ладошками по воде (*хлопают ладошками по воде*);
- Выпрыгивание из воды с поворотом на 90, 180 градусов (*стараться держать равновесие*);
- Упражнение «Поплавок».

### Игра «Щука».

**Задача:** упражнять в погружении в воду.

Дети бегают по дну бассейна в произвольных направлениях, помогая себе руками, изображая рыбок. Щука (инструктор) стоит в углу бассейна. По сигналу «Щука!» дети останавливаются и погружаются в воду до подбородка. Щука внимательно следит за

выполнением задания. Рыбку, которая неправильно выполнила задание, щука уводит к себе. Инструктор может выбрать водящим кого-нибудь из детей.

### **Игра «Эстафета с выбыванием».**

**Задача:** упражнять в погружении в воду с головой.

Играющие, взявшись за руки, образуют круг. По сигналу «Спрячемся под воду!» дети приседают, погружаются в воду с головой, не разнимая рук. Ребёнок, нарушивший правила, выходит из круга. Игра продолжается.

**Правила:** Дети не должны разнимать руки, вытирать лицо после подъёма из воды.

### **Игра «Резвый мячик».**

На мелком месте.

**Задача:** способствовать овладению продолжительным, постепенным выдохом.

Играющие становятся в одну шеренгу на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Каждый ребёнок имеет теннисный шарик. Приняв положение упор, лёжа спереди, дети кладут на поверхность воды на уровне линии рта. Выполняя выдох, дуют на шарик, стараясь отогнать его как можно дальше от себя. Затем идут за мячом по дну на руках, делая неоднократный вдох и выдох. По команде «Стой!» все остаются на своих местах, перестают дуть на мяч. Инструктор определяет, чей мяч отплыл дальше всех, - это самый «резвый мячик».

**Правила:** Нельзя мешать друг другу, дуть на чужой мяч.

Игра может быть проведена и на глубоком месте (вода по грудь). Тогда играющие продвигаются за мячиком, идя по дну.

**Инструктор:** Молодцы ребята! Вам понравилось в стране Игромании? А сейчас у меня для вас сюрприз! (пускает мыльные пузыри, дети стараются их поймать).