**КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ**

**МОЙ ВЕСЕЛЫЙ ЗВОНКИЙ МЯЧ**

**(средняя группа)**

 **Подготовила и провела Губайдуллина Нафиса А.**

 **Инструктор по физической культуре**

 **МАДОУ “Детский сад №2”**

**г.Стерлитамак РБ**

**2019**

**Цель:**Организация активного отдыха детей.

**Задачи:**

1. Закрепить интерес детей к выполнению физических упражнений в воде;
2. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, выносливостью.
3. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, создавать положительный эмоциональный настрой.

**Инвентарь:** мячи большие, мячи средние, мячи маленькие, обручи.

**Место проведения:** плавательный бассейн д/c № 2

**Время проведения:** 10.00

**Ход занятий.**

**Инструктор –**Здравствуйте ребята! Сегодня у нас игровое занятие и мы с вами поиграем, а играть мы будем с предметом , который вы все любите. А как он называется, вы сейчас отгадаете.

Круглый, мягкий, полосатый.

Нравится он всем ребятам.

Может долго он скакать

И совсем не уставать.

(Мяч.)

Правильно, это мяч. Посмотрите ребята, сколько красивых, разноцветных мячей плавает на воде! Давайте спустимся в воду и возьмем по одному мячу.

Дети спускаются в воду, берут по одному мячу и идут по кругу, выполняя упражнения:

1. Ходьба на носках, прямые руки с мячом над головой.
2. Ходьба в полуприседе, прямые руки с мячом впереди.
3. Бег, прижав мяч к груди.
4. Прыжки, подбрасывая мяч вверх и ловя его
5. Упражнение на восстановление дыхания: руки вверх с мячом – вдох; наклониться, опустив руки с мячом на воду – выдох.

Дети убирают мячи в корзину.

**Инструктор**– Если хочешь стать умелым,

Ловким, быстрым, смелым,

Физкультурой занимайся

И водою обливайся

Дети берут ведерки и обливают себя и друг друга водой.

**Игры с мячами.**

1. Дети ходят в разных направлениях, брызгая на мяч водой из ладошек.

2. Дети двигаются от одного бортика к другому, дуя на мяч, лежащий на воде.

3. Бросают мячи в обручи, лежащие на воде.

**Подвижные игры.**

“**Разноцветные мячики”**

Дети делятся на 2 команды и становятся по разные стороны бассейна. Пока звучит музыка, дети играют с разноцветными мячиками. Музыка закончилась – дети собирают мячи в корзинки. Одна команда собирает синие мячи, другая – красные. Потом меняются мячами

“**Удочка”**

Дети становятся в круг вокруг инструктора. Инструктор с “удочкой”, на конце которой прикреплен воздушный

“**Буря”**

(Игра на восстановление дыхания)

Дети, удерживая руками обруч на воде, встают вокруг него. В середине обруча теннисный шарик. По команде дети начинают дуть на шарик, стараясь сдвинуть его дальше от себя.

**Инструктор.**Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать!

Ребята, а что надо делать, чтобы быть здоровым?

**Дети.** Закаляться!

**Инструктор.** Да, надо с детства закаляться,

Чтоб здоровым быть весь год,

Чтобы к доктору являться,

Если только позовет.

Ребята, мы весело поиграли, закалились и стали намного здоровее. Ну, а теперь нам пора прощаться. До свидания.