

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка - «Детский сад №209 «Росток»
(МБДОУ ЦРР - «Детский сад № 209»)

Конспект НОД по физической культуре (в бассейне)
для детей старшей группы: «Игры на воде».

Составила: Шмидт И.В.,
инструктор по физической культуре

Барнаул 2018

Конспект НОД по физической культуре (в бассейне)

Образовательная область: физическое развитие

Возрастная группа – старшая группа (5-6 лет)

Тема: «Игры на воде»

Вид занятия: Игровое

Цель: Приобщить детей к физической культуре средствами занятий в бассейне

Задачи:

Обучающие:

- обогащать представления детей о пользе занятиями по плаванию;
- развивать психофизические качества и двигательные способности (выносливость, силу, ловкость, гибкость, координацию движений, дыхательные функции).

Развивающие:

- развивать основные виды движений на воде;
- развивать двигательное творчество старших дошкольников.

Воспитательные:

- воспитывать интерес к активной деятельности в воде;
- воспитывать нравственно-волевые качества: смелость, настойчивость, уверенность в себе;
- воспитывать чувство заботы о своем здоровье.

Интеграция образовательной области: разучивание «Танца утят» на музыкальных занятиях.

Оборудование: шайбы, корзинки, обручи, буйки, мячи.

Содержание занятия

Организационный момент, начало занятия.

Цель: Мотивировать детей к предстоящей двигательной деятельности.

Деятельность детей	Деятельность педагога	примечания
Дети заходят и строятся.	Построение, приветствие, сообщение задач занятия.	Наблюдается повышенный интерес, устанавливается эмоциональный контакт с детьми. Звучит песня
Дети активно включаются	Художественное слово:	

<p>в занятие, приветствуют друг друга.</p>	<p>День здоровья начинаем, Состязаться приглашаем, Две команды тут стоят – Друг на друга все глядят. Вот «дельфины», вот «акулы» И узнаем мы сейчас, кто сильнее среди вас.</p>	<p>«Если хочешь быть здоров – закаляйся» сл. Владимира Володина.</p>
<p>Команды приветствуют друг друга: Мы отважные дельфины, Мы в воде непобедимы. Получить мечтаем приз, Эй, противник, берегись!</p> <p>Мы умеем быстро плавать, И пловцами стать хотим, Будем очень мы стараться, И конечно победим.</p> <p>Дети высказывают свое мнение, для чего нужна зарядка?</p>	<p>Приветствие команд. Команда "Дельфины"</p> <p>Команда "Акулы"</p> <p>Художественное слово: Состязание, ребятки, мы начнем сейчас с зарядки! Для чего нужна зарядка? Это вовсе не загадка – Чтобы силу развивать и весь день не уставать! Становитесь по порядку – дружно сделаем зарядку!</p>	<p>В приветствие включено название команды и девиз, самостоятельно придуманные в группах</p>
<p>Дети встают в круг и исполняют движения под музыку</p>	<p>Разминка под музыку. И.п.- ноги врозь, руки согнуты в локтях и прижаты к туловищу. 1-4 – поднятие и опускание рук «машем крылышками» 5-8 –приседания вращая туловищем 9-12– хлопки в ладоши.</p>	<p>Песня «Танец утят», слова Юрия Энтина. 1 куплет (2-3 мин.) Подготовить организм детей к основной двигательной нагрузке в основной части занятия. Спину держим прямо, упражнения выполнять энергично. Приседания полные, спину держим прямо.</p>

Основная часть.

Цель: Формировать основные физические качества (силу, ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений) и развивать основные виды движений на воде.

Деятельность детей	Деятельность педагога	примечание
Организованный вход в бассейн.	По одному зайти в бассейн, встать возле бортика мальчик-девочка (через одного)	Следить за правильным входом в воду, поочередной последовательностью. Интервал 1 м.
<p>Глубокий вдох, приседание под воду с головой, продолжительный выдох. Подготовить организм к предстоящей работе. Дети отгадывают загадки, затем показывают, кто как плавает.</p> <p>Выполнение упражнения «Цапля».</p> <p>Ходьба вдоль бортика, руки на пояс, высоко поднимая колени.</p>	<p>Игровое упражнение «Заведи моторчик»</p> <p>Разминка в движении с загадками:</p> <p>1. У меня ходули Не страшит болото, Лягушат найду ли Вот моя забота (цапля);</p>	<p>Следить за правильным вдохом и выдохом в воду. 1-2 мин.</p> <p>10-15 сек. Спина прямая, колени тянем к груди.</p>
<p>Выполнение упражнения «Крокодил».</p> <p>Передвижение по дну на руках вперед, ноги вытянуты назад.</p>	<p>2. По реке плывет бревно Ох и злющее оно. Тем, кто в речку угодил, Нос откусит... (крокодил);</p>	<p>10-15 сек. Туловище прямое, ноги соединены вместе.</p>
<p>Выполнение упражнения «Рак».</p> <p>Передвижение по дну на руках, спиной вниз, ноги вытянуты вперед.</p>	<p>3. Под водой живет народ Ходит задом наперед (рак);</p>	<p>10-15 сек. Туловище прямое, ноги соединены вместе.</p>
<p>Выполнение упражнения «Утка».</p> <p>Присед в воде, передвигаясь вперед, покачиваясь с боку на бок и хлопая по воде руками.</p>	<p>4. Вдоль по речке, по водице Плывет лодок вереница. Впереди корабль плывет За собою всех зовет (утка с утятами).</p>	<p>10-15 сек. Спина прямая, упражнение выполнять в медленном темпе.</p>

<p>Дети активно включаются в игры, охотно выполняют поставленные задачи. У детей развиваются двигательные качества, быстрота, ловкость, внимание, чувства товарищества, соревновательный дух. Дети учатся безбоязненно погружаться под воду, ориентируясь в ней.</p> <p>Дети активно работают в командах, действуют согласованно, соперничают друг другу, поддерживают в трудных ситуациях.</p>	<p>«Золотая рыбка»: Я – рыбка золотая, Плыву куда хочу, И кто со мной сыграет – Того озолочу. Проведение подвижных игр:</p> <p>1. Игра «Водолазы»</p> <p>2. Игра «Кто быстрее займёт свой дом»</p>	<p>В бассейн заходит «Золотая рыбка» (девочка в блестящем костюме).</p> <p>После каждой игры подводится итог, озвучивается команда победителей. За каждую победу команде вручается "Золотая рыбка" или "Дельфинчик".</p> <p>2-3 раза Разбрасываются в воду шайбы обёрнутые фольгой. у каждой команды – своё ведёрко на бортике, куда они складывают «жемчуг». У кого окажется больше «жемчуга» - тот и победил. Нырять за шайбой, дети делают глубокий вдох, и задерживают дыхание. Погружаются под воду плавно, без резких движений.</p> <p>2-3 раза Дети свободно передвигаются в бассейне. Обручи («домики») лежат на воде. По сигналу инструктора дети плывут к обручу определённого для команды цвета и подныривают в него. Выигрывает команда, которая первой соберётся</p>
---	--	---

	3. Игра «Выброси мяч»	<p>в «домике». По сигналу «Домой!», обязательное требование <u>доплыть</u> до обруча. При передвижении в бассейне, дети не касаются обручей.</p> <p>2-3 раза.</p> <p>Игровую площадку делят пополам буйками. С каждой стороны лежит 4-5 мячей. По сигналу все игроки начинают бросать мячи на территорию противника. На чьей половине окажутся все мячи, та команда и проигрывает.</p> <p>Мячи кидать только по воде, не целясь друг в друга. Каждой команде следить за ориентирами и не заходить на чужую часть бассейна.</p>
--	-----------------------	--

Заключительная часть.

Цель: Восстановить организм ребенка после активно двигательной деятельности,
подвести итоговую оценку деятельности.

Деятельность детей	Деятельность педагога	примечание
<p>Снизить эмоциональный уровень воспитанников. Дети хором произносят слова игры, при этом произвольно перемещаясь в воде.</p>	<p>Мало-подвижная игра для расслабления: 4. Игра «Море волнуется»</p>	<p>3-4 раза.</p> <p>Дети произносят слова данной игры. На последнем слове «замри» они останавливаются и замирают в морскую фигуру, названную инструктором.</p> <p>Стараться как можно дольше продержаться на</p>

<p>Дети прощаются с игровым персонажем, говорят «Золотой рыбке»- «До свидания».</p> <p>Дети организованно выходят из бассейна друг за другом.</p> <p>Дети обсуждают вместе с инструктором занятие, что полезного дети сделали для своего организма: чем занимались, чему новому научились, с какими трудностями встретились во время игр на воде, что интересного было на занятии?</p>	<p>Объявление победителей, награждение команд.</p> <p>«Золотая рыбка»: На прощанье мой наказ: Чтоб расти здоровыми, смелыми, толковыми – Чтоб прогнать усталость, лень, Ешьте фрукты каждый день!</p> <p>Организованный выход из бассейна в раздевалку.</p> <p>Подведение итогов занятия в группе.</p>	<p>поверхности воды, при выполнении названной фигуры. Музыкальное сопровождение: песня «Море волнуется», слова Алины Гросу.</p> <p>«Золотая рыбка» вручает команде победителей «золотые медали», второй команде «серебряные».</p> <p>Звучит песня «Если хочешь быть здоров – закаляйся» сл. Владимира Володина.</p>
--	--	---