

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА № 29
"ЁЛОЧКА"

Конспект открытого занятия по плаванию

**Тема: Использование методов и приёмов ориентировке
в пространстве на занятиях по плаванию**



Занятие провёл: инструктор по физ.
культуре (плавание) Диннер Л.А.

Нижневартовск 2015г.

Структура занятия

Дата проведения 10.04.2015г.

Место проведения д\с №29 «Ёлочка»

Время проведения 09.00 часов.

Продолжительность 35 минут.

Занятие состоит из 3 частей: подготовительная часть 5м.; основная часть (в воде) 20м.; заключительная часть 10м.

Тип занятия круговая тренировка по подгруппам.

Методы практический, наглядный, словесный, игровой, показ, объяснение, напоминание.

Инвентарь оборудование: ободок с усиками (сом); доски для плавания по количеству детей; резиновые, надувные круги.

Задачи: учить ориентироваться в пространстве чаши бассейна, передвигаться в нужном направлении; самостоятельно выполнять знакомые движения; закреплять движения рук и ног в ст. «Кроль»; обучать навыку скольжения на груди (с опорой); учить ходить в воде спиной вперёд, принимать вертикальное положение тела на воде. Воспитывать, решительность, организованность, соблюдать дистанцию при движении и построение вдоль бортика на расстоянии, не мешающем друг другу.

Применяются упражнения специального плавательного характера. Разминка у бортика выполняется, перед началом основной части занятия в воде.

Структура занятия

Части занятия	Частные задачи	Содержание	Дозировка	Темп	Организационно методические указания
<i>Подготовительная часть</i>			5 мин.		
	Напоминаю правила поведения в бассейне. Заносим данные в табель посещения	Подгруппа детей входит в помещения бассейна, раздевается для разминки. Построение в одну колонну друг за другом.	1-2м.	средний	Рассказываю, чем будем заниматься на занятии
<i>Вводная часть</i>					
	Профилактика плоскостопии	Ходьба по дорожкам «здоровья»	10сек.	средний	После того как ребёнок вымоется, он идёт в чашу бассейна
<i>На воде</i>			20-мин.		
		Вход вводу. Соскоком с мостика	1 раз.	Средний	Ребёнок садиться на мостик, спина прямая.
	Соблюдение	Построение вдоль бортика	1 раз.	Средний	Не мешать друг другу.

	расстояния друг от друга	на расстоянии, не мешающем друг другу (к понравившемуся цветочку).			
<i>1 упр.</i>	Закреплять движения ног в ст. «Кроль». Укреплять мышцы ног.	Попеременные движения ногами в верх - вниз (на груди и на спине).	30сек.	быстрый	Держась прямыми руками за поручень бортика активно работать ногами способом «Кроль».
<i>2 упр.</i>	Учить передвигаться поперёк чаши бассейна; обучать навыку скольжения на груди (с опорой).	«Стрела»	2-3 раза	средний	Указать направление движения. Обратить внимание на рыбок, изображённых напротив.
<i>Основная часть</i>					
<i>3 Игра. «Усатый сом»</i>	<i>Задачи игры:</i> учить детей умению ориентироваться, быстро бегать в воде, передвигаться в нужном направлении.	<i>Описание.</i> Выбирается водящий – сом, все остальные дети становятся шеренгой в воде по пояс лицом к берегу. Инструктор по плаванию произносит: Рыбки, рыбки, не зевайте! Сом усами шевелит. Все на берег, он не спит! Последние слова служат сигналом, по которому дети выбегают на берег. Или подбегают к	3-4 раза	средний	<i>Правила.</i> Водящему-сому запрещается хватать детей за руки, плечи и др. Чтобы осалить рыбку, нужно просто прикоснуться к ней. <i>Методические указания.</i> Роль сома может брать на себя и взрослый. В этом случае сигнал к началу игры подает всё равно он.

		бортику бассейна. Сом может осалить только в воде, на берег ему выходить нельзя. Игра повторяется 3-4 раза. Дети подсчитывают, какой сом поймал больше рыбок.			
<i>Ходьба в воде по кругу, вдоль стен чаши бассейна</i>	Учим двигаться вдоль стен бассейна по изображённым, стрелочкам сохраняя дистанцию (в нужном направлении).	Ходьба по кругу спиной вперёд.			Движение по часовой стрелке, держим дистанцию (на расстоянии вытянутой руки) друг от друга, не толкаем, не мешаем.
<i>4 упражнение имитационного характера «Лодочки»</i>	Учим движения рук в стиле «Кроль»	Руки кролем на груди и на спине «Мы лодочки плывём и вёслами гребём».	2-3 круга.	средний	Чередовать «Кроль» на груди и на спине
<i>5 игровое упражнение «На буксире»</i>	Учить ходить в воде спиной вперёд, принимать вертикальное положение.	«На буксире» Один из детей тянет на мелководье другого ребёнка - идёт спиной вперёд, ускоряет шаг, бежит, тянет за собой лежащего на воде.	4-5 раз.	быстрый	Начало на глубокой воде. Дети разбиваются на пары, держась за руки, стоят лицом друг к другу.
<i>Заключительная часть</i>			10 мин.		
<i>6 Подвижная игра «Найди свой домик»</i>	<i>Задачи игры:</i> приучать детей	<i>Описание.</i> Три разных по цвету обруча лежат	4-5 раз.	быстрый	<i>Правила.</i> Кто последний заплывает в свой домик, тот

	ориентироваться в необычных условиях, внимательно слушать сигналы и действовать в соответствии с ними.	(плавают) на поверхности воды. Дети делятся на три группы, каждая становится у своего обруча. По сигналу «Найди свой домик» они идут или бегут к своим обручам.			выходит из игры. Нельзя толкать друг друга. Инструктор иногда меняет расположение обручей (домиков) в чаше бассейна. <i>Методические указания.</i> Сигналы подавать чётко, громко, чтобы все дети их слышали.
<i>Свободное плавание с надувными игрушками</i>					
<i>Выход из воды.</i>	Выполнять культурно-гигиенические навыки	Сполоснутся под душем. Сушка волос			Насухо высушить волосы (при помощи взрослых).



Общие замечания и оценка _____

Подпись _____

