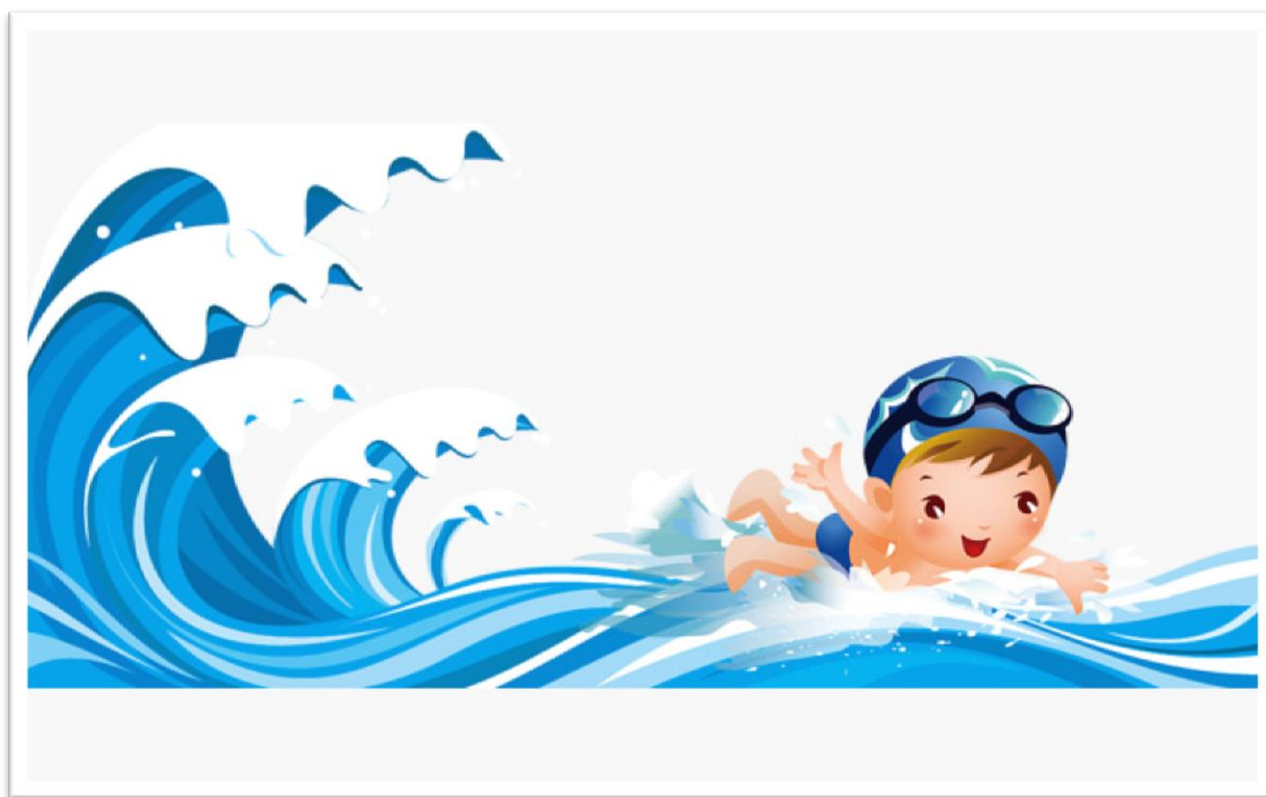


муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска
«Детский сад № 184 «Искорка» комбинированного вида» (МКДОУ д/с № 184)
Фасадная ул., д.6, Новосибирск, 630096; тел/факс 340-34-66; ds_184_nsk@nios.ru
ОКПО 50753124; ОГРН 1035401480949; ИНН/КПП 5404154380/540401001

«Весёлые старты на воде»

Инструктор по физической культуре (плавание)
Кислова Ульяна Борисовна



Новосибирск 2019

муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска
«Детский сад № 184 «Искорка» комбинированного вида» (МКДОУ д/с № 184)
Фасадная ул., д.6, Новосибирск, 630096; тел/факс 340-34-66; ds_184_nsk@nios.ru
ОКПО 50753124; ОГРН 1035401480949; ИНН/КПП 5404154380/540401001

«Весёлые старты на воде»

Инструктор по физической культуре (плавание)
Кислова Ульяна Борисовна



2021
Копия
Копия Верна
Инструктор по физической культуре
Кислова С.И.

Новосибирск 2019



«Весёлые старты на воде» (для детей 5–7 лет)

Цели:

- приобщать дошкольников к здоровому образу жизни;
- поддержать их положительный эмоциональный настрой к соревнованиям в бассейне.

Задачи:

- упражнять в умении выполнять продолжительный непрерывный выдох в воду;
- упражнять в разных видах передвижения в воде;
- принимать горизонтальное положение с опорой и без;
- погружаться в воду с открыванием глаз (игра «Собери жемчужины»).

Предварительная работа:

- беседа с детьми о здоровом образе жизни, просмотр видео ролика о водных видах спорта.

Оборудование:

- запись с шумом моря, музыка на морскую тематику, 2 мяча, 2 надувных матраса, 2 обруча, мячи пластмассовые для метания по количеству участников соревнований, 2 ведёрка, 2 пластиковых стакана, 2 доски для плавания, шайбы, угощение.

Ход соревнований:

Инструктор:

- Приветствую вас ребята! В нашем бассейне встречаются две команды юных спортсменов. Самые лучшие участники в дальнейшем примут участие в спартакиаде на воде. А сейчас начинаются наши «Весёлые старты». Команды «Осьминожки» и «Дельфинчики» спускаются в воду.

Предлагается первая эстафета.

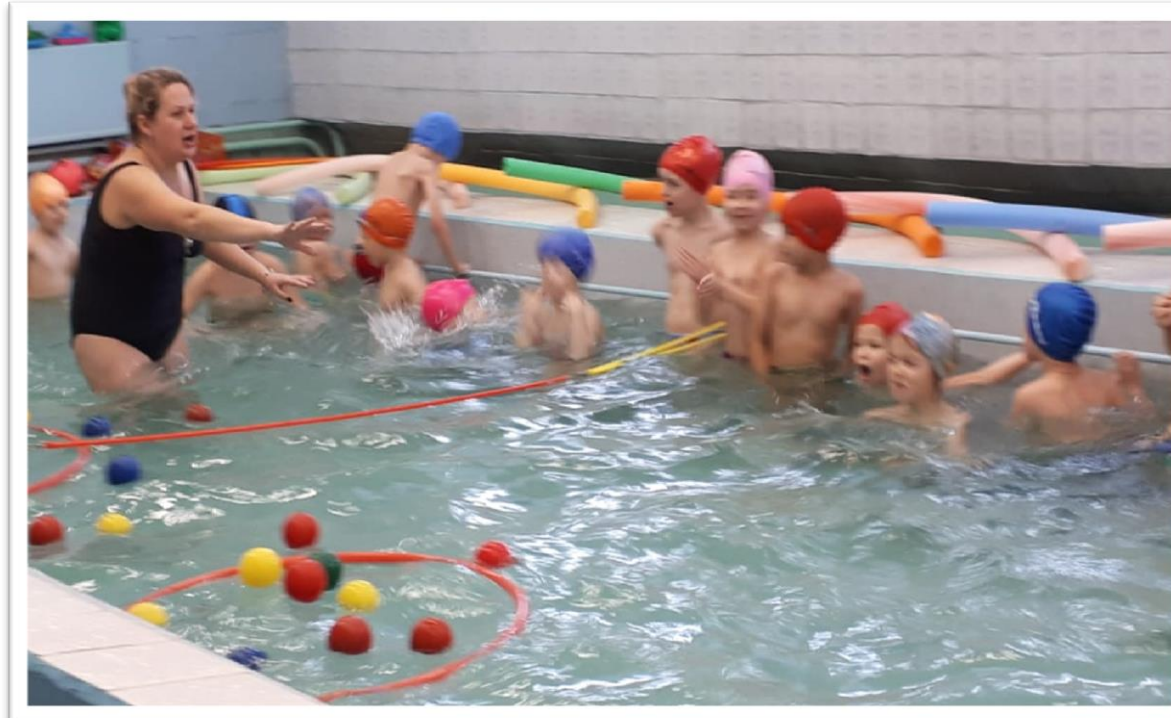
1. Эстафета «Самый меткий стрелок»

На поверхности воды, возле каждой команды лежат гимнастические обручи, на расстоянии 2-2.5 м от участников. Каждый ребёнок берёт в руки два пластмассовых шарика и, целясь, старается попасть в обруч. Побеждает команда, в обручи которой находится больше шариков.

Инструктор:

- подсчитываем шарики в каждом обруче и результат сообщаем жюри. И готовимся ко второй эстафете.





Инструктор:

- подсчитываем шарики в каждом обруче и результат сообщаем жюри.
И готовимся ко второй эстафете.

2. Игра - Эстафета «Озорной волейбол на воде»

Площадь всего бассейна, делится на две равные части с помощью волейбольной сетке. Юные пловцы располагаются на своей половине. Нужно постараться перебросить все мячики на сторону противника, за определённый временной отрезок. Начинать и заканчивать игру по сигналу.





Инструктор:

- в этой игре мы увидели кто самый быстрый, меткий и ловкий.

Подсчитываем все мячи на воде, и переходим к следующей эстафете. У команд есть капитаны, они берут в руки по гимнастическому обручу и начинаем игру.

3. Игра - Эстафета «Собери в домике команду»

Капитан команды в руках держат гимнастический обруч, дошкольники под музыку начинают двигаться по бассейну в разных направлениях или танцевать. Музыка останавливается, дети быстро подбегают к обручу и держатся за него одной рукой (повторяется несколько раз).



Инструктор:

- жюри решает, кто победил в этой игре, а мы продолжаем принимать участие в эстафетах.

4. Эстафета «Наполни ведро водой»

Команде даётся пластиковый стакан. На противоположный бортик ставится ведро. По команде участники с наполненным стаканом бегут к ведру, выливают воду и возвращаются. Эстафета заканчивается, когда каждый из детей выльет свой стакан в ведро. Затем сравнивают объём воды в вёдрах.

Инструктор:

- вёдра почти полные водой. Все мы увидели, как не просто бегать по воде держа в вытянутой руке полный стакан. Молодцы все справились с заданием. Начинаем следующую эстафету.

5. Эстафета «Собери жемчужины»

Участвуют только капитаны. Капитан начинает плыть кролем на груди (упрощённым способом или с доской) до противоположного бортика, там, на дне бассейна находятся «жемчужины» (шайбы, обёрнутые фольгой) ныряет и достает одну, бегом возвращается к команде.



Инструктор:

- Командиры молодцы!

Инструктор:

- команды отлично посоревновались, стали ещё немного дружнее, сплоченней ну и здоровье немного прибавилось! Сейчас мы узнаем результат наших «весёлых стартов на воде». Слово предоставляется жюри!

Жюри - объявляет результат, и раздаёт угощение юным пловцам.

Критерии оценки эстафет для жюри:

Команда, одержавшая в эстафете победу, зарабатывает - 5 баллов

Ничья засчитывается как 3 балла.





