**Сценарий мероприятие с детьми старшей группы в бассейне**

**по теме "День здоровья"**

**Фаттахова Алсу Миниммулловна**

**инструктор по физической культуре (плаванию)**

**МКДОУ №4 «Аленький цветочек»**

**город Вятские Поляны**

**Кировской области**

**Цель:** укреплять здоровье детей, приобщать к занятиям плаванием, создавать положительный эмоциональный настрой путем организации активного отдыха в бассейне.

**Задачи:** совершенствовать погружение под воду с головой, смело открывая глаза при этом. Совершенствовать скольжение, выдох в воду, работу ног способом «кроль». Развивать ловкость, силу, быстроту, координацию. Воспитывать чувство взаимопомощи и коллективизма.

**Инвентарь:** [малые](http://50ds.ru/music/3751-konspekt-zanyatiya-po-oznakomleniyu-s-khudozhestvennoy-literaturoy-malye-folklornye-formy.html) мячи, обручи, доски, тонущие игрушки и буквы, магнитофон.

**Ход мероприятия.**

*Бассейн красочно оформлен флажками и шарами,*[*звучит*](http://50ds.ru/psiholog/7523-pust-muzyka-zvuchit-.html)*песня «Если хочешь быть здоров – закаляйся». Дети заходят в бассейн и строятся вдоль бортика.*

**Инструктор**: Дорогие ребята, сегодня, 7 апреля, во всём мире проводится День Здоровья. И мы отметим этот праздник в нашем бассейне. Мы покажем чему научились, как подружились с водой, какие вы ловкие, смелые. А наши родители вас поддержат.

**Ребенок 1.**

 Кто живет с водою дружно,

 Для того пилюль не нужно.

 Тот и весел и здоров

 Без пилюль и докторов.

**Ребенок 2.**

 Очень любим мы купаться,

 В теплой речке кувыркаться,

 Не боимся глубины,

 Будем мы смелы, сильны.

**Ребенок 3.**

 Знают взрослые и дети:

 Без воды нельзя на свете,

 Нужна вода, чтобы пить,

 Чтоб лицо и руки мыть.

**Ребенок 4**.

 Поливать цветы в саду,

 Рыбу разводить в пруду —

 Значит, всюду и всегда

 Людям всем нужна вода.

**Инструктор**: Ребята чтобы учиться плавать недостаточно только любить воду! Надо быть здоровым!

Вы здоровы?

**Дети**: здоровы!

**Инструктор:** Пусть вас осмотрит доктор.

*Под музыку заходит доктор Айболит.*

**Айболит:** Здравствуйте, дети и взрослые! Я — тот самый Айболит, что всех излечит, исцелит. Но к вам приехал не затем, чтоб ставить градусники всем. Тани, Лили, Пети, Вовы – Здесь, надеюсь, все здоровы?   
**Дети:** Здоровы!   
**Айболит:** Зубы чистите всегда?   
**Дети**: Да!   
**Айболит:**а мочалка и вода с вами часто дружат?   
**Дети:** Да!   
**Айболит:** Знать хочу еще ответ: а неряхи есть тут?   
**Дети:** Нет!

**Инструктор:** (обращается к Доктору): Доктор! Эти вот ребята плавать очень все хотят. Я прошу вас дать ответ: Все годятся или нет?

**Доктор:** Прошу всех прямо встать  
И команды выполнять:  
Все дышите! Не дышите!  
Все в порядке, Отдохните!

Дружно, весело, шагаем – раз-два, раз-два!  
Приседаем и встаем– раз-два, раз-два!  
И ничуть не устаем!  
Вместе руки, поднимаем! Превосходно!

Опускаем! – раз-два, раз-два!  
А теперь все наклонитесь!  
Разогнитесь! – раз-два, раз-два!  
Встаньте прямо! Улыбнитесь.

**(Дети выполняют все команды).**

**Доктор:** (обращается к инструктору)

Да, осмотром я довольна! Из ребят никто не болен

Каждый весел и здоров. Плавать хоть сейчас готов!

Скорей в воду заходите смелость, ловкость покажите!

Организационные мероприятия (душ, ходьба по **«тропинке здоровья»**, вход в воду)

**II. Основная часть (в воде).** Дети выстраиваются в колонну по одному, вдоль борта.Инструктор предлагает детям выполнить ряд упражнений. По завершении выполнения каждого упражнения инструктор отмечает отличившихся детей.

**Подготовительные упражнения в воде.** (Все упражнения выполняются в игровой форме, начинают и заканчивают упражнения по звуковому сигналу инструктора)

1**). Передвижения по дну бассейна в виде ходьбы и бега «Кто лучше?»**  Ходьба: вдоль борта, на носочках, на пяточках; упражнение «Цапля»; упражнение «Паровоз».

2)**Бег:** бег по дну бассейна, помогая гребковыми движениями рук, паровозиком.

3). **Упражнение «Мельница»** (Стоя, на дне, в полу наклоне вперёд, дети выполняют упражнение «Мельница». ( Подбородок над поверхностью воды.)

4). **Упражнение «Маленький дельфин»** (освоение прыжков головой вперёд

с вытянутыми над головой руками через обруч).

**Инструктор:** Ребята, покажите - «Как прыгают дельфины над водой».

**Инструктор произносит** - «В море бурном, море синем быстро плавают дельфины. Не пугает их волна. Рядом плещется она». Дети выполняют прыжки через обруч (поточно).

5**) Упражнение «Тоннель»** (проплывание в опущенный в воду обруч)

6**). Упражнение «Морская звезда».**

Стоя в воде, сделав глубокий вдох и заваливаясь осторожно назад, дети ложатся на воду, спиной. То же – только ложатся на живот, руки в стороны, ноги врозь (по 2 раза).

**Игра «Море волнуется»** (по сигналу морская звезда замри в парах, в тройках и т.д.)

**Инструктор:** Молодцы! А теперь проведём игры-соревнования.

**1**.Скольжение на груди «**Кто дальше про скользит?» (стрелочка)**

**Инструктор:**

**-** Ребята, покажите нам, кто дальше всех про скользит по воде, как льдинка,

*Дети выполняют упражнение одновременно по звуковому сигналу инструктора.*

И.п. – сидя на борту, делают вдох и, задержав дыхание, ложатся на воду скользя по её поверхности на груди (2раза).

Инструктор отмечает лучших детей. По окончании упражнений – выдохи в воду

**-** Скольжение с движениями ног, как при плавании кролем на груди и на спине **«Моторная лодка» (торпеда)**

**Инструктор:**Ребята, чья моторная лодка быстрее?

Дети выполняют упражнение в парах, поточно с использованием вариативных приёмов:

• с доской в руках (т.е. с опорой руками о доску);

• самостоятельно без поддерживающих средств.

*Дети выполняют упражнение исходя из физических возможностей и индивидуальных особенностей. Ребёнок сам подбирает ритм движения ногами. Во время выполнения упражнений следующей парой, остальные дети имеют возможность отдохнуть и посмотреть выполнение упражнения своих сверстников..*

**3. Упражнение-игра "Удержи мяч"**

Плавание на спине, удерживая мяч на животе.

**4.«Веселые лодочки**» - садимся ягодицами на дно, передвигаясь спиной, вперед гребем руками.

**5.** **Упражнение «Мы уже умеем плавать».**

В парах дети выполняют толчок от бортика бассейна, ложатся на воду и начинают выполнять движения ногами, как при плавании кролем на груди в скольжении с попеременной работой рук. Упражнение выполняется на задержке дыхания на вдохе.

Инструктор обращает внимание на то, что руки выполняют движение «Мельница». Темп движений рук – медленный. По окончании выполнения упражнения – выдохи в воду.

**Инструктор:** Молодцы, ребята, а сейчас мы восстановим дыхание, сделав продолжительные выдохи в воду.

**6.** Упражнение выполняется в игровой форме «Чей гудок лучше?» (мыльная пена)

**III. Заключительная часть.**

**Инструктор** А скажите мне, друзья, какую пользу приносят вам занятия плаванием?

Дети. РАДОСТЬ и ЗДОРОВЬЕ.   
**Упражнение «Сложи слово»**Дети плывут свободным стилем, достают со дна буквы и на бортике   
выкладывают слова РАДОСТЬ и ЗДОРОВЬЕ.

**Инструктор:** Ребята, пришло время выходить из воды. Вы все сегодня получили удовольствие и заряд положительной энергии и, самое главное, показали, что вы действительно самые сильные, смелые и ловкие.

**Доктор Айболит**:

Мы заканчиваем встречу  
До свидания, друзья!   
На прощание всем желаю  
Быть здоровыми всегда!

Организованный выход из воды.

**Список литературы**

1. Е.К. Воронова «Программа обучения детей плаванию в детском саду». – СПб.: «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2010.- 80 с.

2. А.А. Кислов, В.Г. Панаев «Нептун» собирает друзей. -М.: Физкультура и спорт, 1983-101 с.,ил.

3. Интернет ресурс. https://nsportal.ru/detskiy-sad/scenarii-prazdnikov/2013/11/20/den-zdorovya-na-vode