

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД «СКАЗКА»

Технологическая карта
ННОД «В гости к русалочке»
ОО «Физическое развитие»

Составила: инструктор по плаванию Москвина Е.Н.
первая квалификационная категория.

р.п. Кольцово 2021 г.

Возрастная группа: старший дошкольный возраст (5-6 лет)

Тема мероприятия: «В гости к Русалке»

Приоритетная образовательная область: «Физическое развитие» (плавание)

Интеграция образовательных областей:

1. «Социально-коммуникативное развитие»
2. «Речевое развитие»
3. «Познавательное развитие»
4. «Художественно-эстетическое»

Цель: Создание условий для формирования здорового образа жизни и положительную мотивацию на игровую деятельность в воде.

Задачи:

1. Метопредметные

- совершенствование навыков выдохов в воду, лежания и всплывания на воде.
- развивать дыхательную систему,
- приучать к гигиеническим навыкам,
- закаливать организм;

2. Предметные

- закреплять основные виды движения – выдохи в воду, «звездочка», «поплавок», «стрелочка»,
- дать понимание о пользе упражнений для дыхательной системы,
- расширять представления о способностях поведения тела в воде;

3. Личностные

- воспитывать смелость при выполнении заданий,
- развивать самостоятельность при выполнении упражнений,
- воспитывать любовь к плаванию и ЗОЖ

Оборудование: карта формата А3 с изображением упражнений «Звездочка, поплавок, стрелочка», музыкальное сопровождение, (динамичная музыка для выполнения ОРУ); массажные коврики; тонущие кольца по количеству детей диаметром 20-25 см; буквы формата А4 для ребуса, картинки с изображением действий, медальки по количеству детей; плавательные круги по количеству детей.

Предварительная работа: на занятиях по плаванию изучение различных элементов плавания и способов плавания. Изучение схем. Знакомство с комплексами разминки на суше и в воде. Знакомство с обитателями подводного мира. Оформление помещения бассейна. Создание вход-арки «подводный мир», подбор музыки и инвентаря.

Этап	Задачи этапа	Деятельность педагога	Деятельность воспитанников	Методы, формы, приемы, возможные виды деятельности	Результат
Психологический настрой, мотивация 1-2 минуты	1. Создать благоприятную атмосферу. 2. Повысить интерес детей к занятию «плаванию».	Встреча детей у входа в бассейн: здравствуйте, дети! Мы попали в подводный мир. А вы хотите узнать к кому именно мы попали? Это слова зашифровано здесь!!! Чтобы открыть каждую букву, нам надо выполнить задания! И тогда мы узнаем у кого же мы сегодня в гостях! Одно задание, одна буква. Смотрите вот и первая буква с заданием. Что изображено на картинке? С чего мы начинаем занятие?	Построение в шеренгу Приветствие. Ответ: с разминки. Выполнение разминки.	Словесный метод: Беседа, ситуативный разговор. Наглядный метод: Демонстрация наглядное пособие.	Положительный эмоциональный настрой
Вводная часть 2-3 минуты	Подготовить детей к физической нагрузке на воде. Разогреть мышцы.	Выполнение разминки на суше. 1. Ходьба по массажным коврикам: обычный шаг, шаг в прыжках на двух ногах (30 с). Выстроились в шеренгу на вытянутые руки. С помощью тонуших колец делаем разминку. 2. Зажали кольцо в замок, делаем круговые движения запястьем (7-8р.) 3. И.п. Ноги вместе, руки перед грудью держат кольцо. 1-	Выполняют ходьбу и ОРУ разминку на суше по показу инструктора, двигаясь в колонне по одному.	Использование музыкального сопровождения. 1. Практический метод -упражнения 2. Игровой метод -воображаемые ситуации; -создание игровой ситуации. 3. ИКТ	Дети готовы к выполнению более сложных и интенсивных упражнений на воде.

		<p>поворот в право, 2- и. п., 3-4 - тоже влево (6 р.)</p> <p>4. И.п. ноги врозь, руки к плечам. 1-2 -сгибаем руки в локтях,3-4 -разгибаем руки в локтях (6-8р).</p> <p>5.«Обнимашки» - разводить руки широко и сводить руки, имитируя объятия (6 р).</p> <p>6.И.п. ноги вместе, руки над головой держат кольцо, 1-наклон в право, 2- и.п., 3-наклон влево,4-и.п. (6р).</p> <p>7. «Я плыву» -наклонив туловище вперёд, имитировать руками движения пловца, не отпуская кольца (6-7р)</p> <p>8. Приседание с кольцом. И.п ноги врозь, обеими руками держим кольцо внизу 1- присесть, вытянув кольцо вперёд, 2- вернуться в и.п. (5раз)</p> <p>9. Выполнить упражнение «Поплавок» - и.п. встать, сделать вдох, присесть обхватить колени руками, наклонить голову к коленям, задержать дыхание под счёт, сделать выдох, выпрямиться. Выполнить 3раза.</p> <p>10. Упражнение на дыхание. И.п.: ноги широко врозь, руки на поясе. 1 - сделать вдох ртом</p>			
--	--	--	--	--	--

		прогнувшись назад; 2 - наклон вперед, выдох носом и ртом (губы трубочкой) (4-6 раз).			
Основная часть 25минут	<p>1.Развивать дыхательную систему</p> <p>2.Закрепить навыки лежания и всплывания упр. Выдохи в воду, «звездочка, поплавок, стрелочка».</p> <p>3. Воспитывать смелость</p> <p>4.Развивать самостоятельность при выполнении упражнений</p> <p>5. Воспитывать любовь к ЗОЖ.</p>	<p>Следующее задание, какая картинка? (разминка на воде). Инструктор дает команды. ОРУ на воде. Ходьба в парах до борта и обратно, в парах в рассыпную, в парах в один круг, в полном приседе в парах до борта и обратно, в парах в рассыпную, в парах в один круг, прыжки в парах до борта и обратно, в парах в рассыпную, в парах в один круг.</p> <p>Молодцы ребята, а вот и следующее задание.</p> <p>Выдохи в воду.</p> <p>А сейчас, ребята мы с вами будем выдыхать в воду. Берёмся за поручень, обеими руками выпрямив корпус, ноги прямые на ширине плеч.</p> <p>А следующая неизвестная буква дает нам вот такую картинку что это?</p> <p>Можем мы такое упражнение сделать, чтобы разгадать букву. Выполняем звездочку 5 раз. Ой, еще буква с заданием. Выполняем поплавок 5 раз.</p>	<p>Дети отвечают на вопросы.</p> <p>Ответ ребят: разминка в воде.</p> <p>Вход в воду.</p> <p>Выполнение комплекса ОРУ в воде.</p> <p>Выполнение основных упражнений.</p> <p>Дети выполняют выдох в воду 5 раз, у бортика, держась за поручень.</p> <p>Ответ ребят: морская звезда.</p>	<p>1.Наглядный метод: -демонстрация наглядных пособий -наблюдение за выполнением задания.</p> <p>2.Словестный метод: -беседа -рассказ педагога -объяснение</p> <p>3.Игровой метод -игровое упражнение</p> <p>4.Практический метод: -построение у бортика -построение парами -плавание на кругах</p>	<p>Развивать физические качества: быстрота, ловкость, координация.</p> <p>Сформировать на потребность в двигательной активности. Владеют способами взаимодействия (умение договариваться).</p>

		<p>Следующее задание стрелочка, сумеем выполнить? Выполнение стрелочки 5 раз. Инструктор: ну вот и последняя буква - задание. Здесь вам предлагается плавание с кругами на спине, на груди. (закрепление умения работать прямыми ногами при плавании кроль).</p>	<p>Ответ: поплавок</p> <p>Ответ: Да</p>		
<p>Заключительная часть. Рефлексия 5 минут</p>	<p>Обеспечить восстановление организма. Вызвать у детей положительное отношение к результатам своей деятельности Подведение итогов развлечения</p>	<p>Инструктор: А вы знаете, что русалки очень любят играть и кружиться? Так давайте мы с вами как русалки поиграем в их любимую игру. Ходим по кругу все вместе проговариваем «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три – морская фигура в звездочке замри» (в поплавке замри, свободной фигурой замри). 3 раза. Инструктор: Молодцы ребята, но наше путешествие в гости русалке подходит к концу, и мы должны вернуться в группу. (на бортике лежат медальки от русалки). Запись голоса русалки. Инструктор: ребята смотрите, за</p>	<p>Дети играют. П.и «Море волнуется раз</p>	<p>1.Словесный метод: -беседа -обсуждение 2.Игровой метод. Использование ИКТ.</p>	<p>Осознания себя как участника мероприятия. Способствовать навыкам самооценки.</p>

		<p>ваши старания и приход в гости к русалке, она вас наградила памятными медалями, и сувенирными звёздами (награждаем детей медалями и подарками уходим в раздевалку). После принятия душа уходят также через арку подводное царство.</p>			
--	--	---	--	--	--

