

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
МБДОУ «Детский сад «Сказка»

Экскурсия «Плавание- прекрасный доктор».

Подготовила: инструктор по физической  
культуре(плавание)  
Москвина Елена Николаевна

Кольцово

Экскурсия «Плавание – прекрасный доктор».  
«Физическое развитие» (бассейн)

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей

Задачи:

- Формировать потребность в ежедневной двигательной активности
- Знакомить детей с бассейном
- Познакомить с правилами поведения в бассейне
- Познакомить с правилами личной гигиены
- Познакомить с водой и её свойствами
- Развить интерес к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях.

Мотивация: Кукла – доктор, игрушка – лягушонок.

Оборудование: Кукла, одежда доктора для куклы, картинки по теме, игрушка- лягушонок, демонстрационный халат, варежка для обтирания, мячи массажные, мячи лёгкие, гимнастическая дорожка.

Ход занятий:

Дети заходят в раздевалку бассейна: их встречает Айболит(кукла) и лягушонок Кваки:

*Здравствуйте, ребята, я лягушонок Кваки, а это доктор Айболит. Мы будем помогать вам, и следить, чтобы вы росли здоровыми, смелыми и красивыми, познакомим вас со свойствами воды и кому она нужна, научим вас не бояться воды, а поможем подружиться с ней. Вот сейчас мы посмотрим кто из вас не любит воду; покажите пожалуйста свои руки, лицо, шею-ВСЕ ЧИСТЫЕ?*

Кваки осматривает детей. После осмотра открывает дверь в раздевалку:

*-А здесь-то что? Смотрите-это туалет; это раздевалка, это душевые, а там бассейн, но сначала надо познакомиться с правилами поведения в бассейне, и с правилами личной гигиены.*

Дети с лягушкой возвращаются в раздевалку. Кваки выбирает одного ребёнка и показывает, как надо раздеваться и складывать аккуратно вещи. Кваки предлагает всем детям взять мочалки и надеть на ладошечку.

Массаж-обтирание «Пушистые мочалки»

После того как дети закончили обтирание, проходят в бассейн по «Гимнастическим дорожкам».

В бассейне их встречает лягушонок Тоша:

*-Здравствуйте, ребята. Вы знаете, кто я? Да я лягушонок, а зовут меня Тоша. Хотите купаться? Но сегодня мы не сможем с вами плавать, мы познакомимся с бассейном и будем играть.*

Инструктор по физической культуре рассказывает детям о свойствах воды и помогает пройти в бассейн.

Инструктор предлагает сделать пальчиковую гимнастику «Водичка, водичка...»

1. Тоша. *-Вот так молодцы, все пришли? А что это с вами? Это вода волшебная, это она вас в рыбок превращает. Вставайте ближе к бассейну. Я вам предлагаю потрогать водичку. Ой какие рыбки хорошие, как они здорово плавают.*

Игра «Рыбки резвятся» - игра проводится в течении одной минуты.

2. Тоша. *– Ох кончилось колдовство, и теперь вы стали ребятками. А у вас разные ноги; маленькие и большие. А как они шагают?*

Игра «Маленькие и большие ноги».

3. Тоша. *– Бежали, бежали ноги и прибежали к «Фонтанам».*

Упражнение «Фонтан»: дети должны взять лёгкие мячи и кидают их в обруч, который уже находится в воде.

Инструктор предлагает сделать разминку с массажными мячами. Затем приступают к упражнению «Фонтан»

4. Тоша. *– Красивые у вас фонтаны; а смотрите что у меня есть? Это будут кораблики и шапки как матросские:*

Матросская шапка, (Дети показывают на гимнастические кольца)

Кораблик в руке (Показывают кораблик)

Плывёт мой кораблик (Дети имитируют как плывёт кораблик)

По быстрой реке.

И скачут лягушки (Дети изображают лягушат, прыгают на двух ногах)

За мной по пятам

И просят меня:

Прокати, капитан!

*Игра проводится 2-3 раза.*

5. *Тоша. – плыл кораблик, плыл и приплыл. А кто из вас умеет брызгаться? Все умеют?*

Упражнение «Весёлые брызги». Дети встают вокруг бассейна и брызгают вперёд. Сначала одной ладонью, затем другой.

*Тоша: - Молодцы, ребята, хорошо играли. Понравилось вам у нас? Тогда приходите ещё, а сейчас вас уже ждёт ваша обувь, вам пора обуваться и идти в группу.*

*До новых встреч!*

## Список литературы:

1. Т.Ю. Бардышева, Т.Н. Щербакова. Рассказы стихи руками. Логопедическая серия. М: Издательский дом «Карапуз» 2013г.
2. А. Барто. Стихи детям. – М.: Эксмо, 2018г
3. Т.И. Осокина, Т.Л. Богина, Е.А. Тимофеева. Обучение плаванию в детском саду: Кн. для воспитателей д/с и родителей. – М.: Просвещение, 1991г.
4. Т. И. Осокина. Как научить детей плавать. 3-е изд. – М.: 1985г.