**Физкультурный досуг на воде «Вода- наш лучший друг!»**

Средняя группа.

Инструктор –Алексашина С. В.

2016-2017 уч. Год

Ход занятия:

Инструктор- Ребята, представьте, что мы находимся на берегу большого озера, светит яркое солнышко, и у нас прекрасное настроение. Нам очень хочется плавать, нырять, веселиться. Будем дружить с физкультурой. Начнем с зарядки.

Упражнения на суше:

1. И.п.-основная стойка.

Дети поднимают и опускают плечи («удивление»).

1. И.п.-о.с.,

Повороты головы вправо-влево, вверх- вниз.

1. И.п.-ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.
2. Руки вверх, ладошки вместе ( «лодочка»);
3. Руки в стороны- ( «звезда»).
4. И. п.-сидя, ноги вытянуты, упор руками сзади.

Поочередное поднимание прямых ног.

Инструктор-Ребята, мы с вами так расшумелись на берегу, что разбудили водных обитателей. Приглашаю зайти в озеро, в наш бассейн и подружимся с жителями подводного царства.

Дети входят в бассейн.

Инструктор - Река ведь не просто течет и течет,

Река интересною жизнью живет.

Что бы чувствовать себя уверенно в воде, надо научиться правильно дышать.

Показать выдохи в воду. Дети повторяют.

Инструктор- А знаете, ребята, кто живет в реке, озере, море?

-Назовите всех водоплавающих.

(Ребята называют лягушки, рыбы, раки…)

-А давай те попрыгаем, как лягушки!

Раньше были мы икрою, ква-ква!

А теперь мы все-герои, ать-два!

Головастиками были, ква-ква!

Дружно хвостиками били, ать-два!

А теперь мы лягушата! Ква-ква!

Прыгай с берега, ребята, ать-два!

И с хвостом, и без хвоста,

Жить на свете - красота!

-В озере живут так же рыбки.

-А вы умеете плавать как рыбки?

Плавают рыбешки в нашей речке чистой,

Плавают рыбешки быстро, быстро, быстро!

Рыбки-рыбешки все хороши:

Папы и мамы и малыши.

-В детский сад пришли ребята, а в бассейне-чудеса!

-То там скачут лягушата, то там плещется вода.

-Давайте поиграем в игру «Солнышко и дождик»

 Ярко солнце светит,

В воздухе тепло.

И куда ни глянешь-

Все кругом светло.

(Дети свободно передвигаются по бассейну, поднимают руки, изображая солнце).

Дождик, дождик, шибче лей. (Брызгаем друг на друга, хлопаем

Лей потоки золотые- ладошками по воде)

На траву, на голубей,

На березки молодые!

Дождик, дождик, поливай

Наших деток веселее!

Дети, дети, вырастайте

Нам на радость побыстрей!

- Вот мы и подружились с обитателями водного мира, познакомились и пообщались! Спасибо всем! Желаю крепкого здоровья, отличного настроения! До свидания!

 **Водно – спортивный праздник «День Нептуна»**

.

Участвуют дети старших и подготовительных групп детсада «Мозаика».

Ведущий . Сегодня у нас праздник сильных, смелых, ловких. Участвуют ребята из старших подготовительных групп, кто посещал наш бассейн на занятиях по плаванию. Ребята, уважаемые коллеги, родители! Сегодня к нам на морской праздник приплыл царь Нептун и Русалочка.

Звучит музыка, появляются Нептун и Русалочка.

Нептун.

Здравствуйте ребята!

Через горы, океаны и моря

Ох, спешил я к вам, друзья!

Гордый я морей властитель,

Рыб, дельфинов повелитель.

Мой дворец на дне морском

Весь он устлан янтарем.

По дороге я подумал, чем вы порадуете меня? Что покажете старику? Вы, наверное, и плавать не умеете?

Дети . Умеем!

Ведущий . Мы тебя пригласили на наш праздник. Вот и посмотришь, какие наши дети быстрые и смелые и что они умеют. Садись с Русалочкой, отдыхайте. Мы начинаем!

Дети старших групп показывают упражнения -звездочку, поплавок, медузу, проплывают с разными предметами в руках. Дети награждаются медалями за участие(лучная звездочка, поплавок, медуза).Выходят из воды.

Приходят дети подготовительных групп. Две команды выстраиваются возле бассейна, здороваются с Нептуном и Русалочкой, заходят в воду.

Русалочка.

Я на глубину ныряла,

Ожерелье потеряла.

Помогите мне, ребята,

Отыскать его на дне.

Нептун.

Ребята, давайте посостязаемся, кто сильный и ловкий, кто потом достанет ожерелье для Русалочки!

Проводятся эстафеты.

1. «Буксир» (В парах-один другого тянет за досточку ).
2. «Ныряние дельфинов» (через обруч нырнуть и доплыть до бортика).
3. «Водолазы» (достать со дна предметы).
4. «Перевези игрушку» (на доске, по очереди переплывают с игрушкой).
5. «Водный баскетбол»(плыть с мячом до кольца, бросать и возвращаться в команду).
6. Конкурс «Капитанов»(на мяч дуется, не трогая руками, переправить на другой бортик, обратно плыть с мячом).

Выбираются лучшие. Объявляются победители. Ребята, кого выбрал Нептун, ныряют за ожерельем и вручают его Русалочке.

Нептун

Плавать все вы научились.

И со спортом подружились.

Вот теперь вам мой совет,

Спорт любите до ста лет.

Ведущий. Благодарю всех ребят за участие! На память награждаю грамотами и сладкими призами! Спасибо болельщикам и родителям за поддержку!

**Сценарий физкультурного досуга на воде «Веселые старты»**

**Старшая группа.**

**2015-2016 уч.год.**

**Составила и провела-**

**Инструктор по физ-ре Алексашина С.В.**

**Задачи:**

**Закреплять умения выполнять на воде упражнения-**

**«звезда», «поплавок», «медуза»;**

**развивать физические качества : ловкость, координацию, быстроту;**

**вызвать у детей чувство радости и удовольствия;**

**воспитывать взаимопомощь.**

**Ход мероприятия:**

**Инструктор: - Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами проведем на занятии по плаванию «Веселые старты», которые покажут нам, кто лучше всех выполняет упражнения на воде, кто самый ловкий и быстрый. В конце мы подведем итоги, вручим лучшим медали и грамоты. В «Веселых стартах» участвуют две команды - «Моржата» и «Дельфинята».**

**-Эй, команды, выходите, ловкость, смелость проявите!**

**Командные соревнования:**

1. **«Кто лучше всех покажет «морские фигуры»- Звезда, поплавок, медуза;**
2. **«Переправа» - переправить игрушку, которая находиться на доске любым способом плавания (не касаясь дна бассейна);**
3. **« Кто больше всех забросит мячей в кольцо?»;**
4. **« Кто дальше проскользит « стрелой»?;**
5. **« Кто быстрей соберет предметы со дна бассейна?»;**
6. **«Кто больше соберет игрушек на воде?».**

**Рекомендации по проведению:**

**Команды соревнуются по очереди. Одна команда выполняет, другая смотрит, считает вместе с инструктором и воспитателем. (Что бы исключить травмы на воде и быть объективными в оценке, так как площадь бассейна не позволяет одновременно двум командам участвовать).**

**Подсчет балов, вручение призов.**

**Инструктор:- Всем спасибо за участие , все молодцы !**