

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №9 «Малахитовая шкатулка»**

**План – конспект занятия по обучению плаванию
во второй младшей группе «В гостях у Золотой рыбки»**

**Составила: инструктор по
физической культуре (плавание)
высшей квалификационной
категории Капина М.И.**

г. Нижневартовск

Программное содержание:

- продолжать учить безбоязненно входить в воду;
- закреплять умение свободно передвигаться на воде в разных направлениях;
- упражнять в погружении лица в воду в ограниченном пространстве;
- развивать быстроту;
- воспитывать смелость, эмоционально – положительное отношение к занятиям.

Оборудование: погремушки по количеству детей, обруч большого размера, большой яркий мяч, надувные игрушки, заводные игрушки.

Действующее лицо: Золотая рыбка.

Место проведения: разминочный зал, плавательный бассейн.

Глубина воды: по пояс.

Ход занятия

Бассейн красиво оформлен в виде берега реки. В разминочном зале плавательного бассейна детей встречает *Золотая рыбка*.

Золотая рыбка: Здравствуйте, дети! Как хорошо, что вы ко мне пришли в гости. Мне очень скучно одной на речке плавать. Я очень хочу с Вами поиграть.

Золотая рыбка проводит разминку на суше с погремушками.

Содержание	Дозировка	Методические указания
Вводная часть. 1. Ходьба за <i>Золотой рыбкой</i> . 2. Бег врассыпную с погремушкой в руке. 3. Ходьба на носках, на пятках.	30 сек. 30 сек. 30 сек.	Следить за осанкой. Дети берут погремушки.
Основная часть. 1. И.п. – стоя, погремушка в одной руке. - поднять руку вверх, погребеть с погремушкой. 2. И.п. – лежа на животе, погремушку держать обеими руками у подбородка. 1 – выпрямить руки вперед, положить погремушку и отдохнуть, 2 – взять погремушку, 3 – вернуться в и.п. 3. И.п. – сидя, ноги вместе, держать погремушку в одной руке. 1 – наклониться вперед, коснуться погремушкой носков ног, 2 –	3 – 4 раза 3 – 4 раза 3 – 4 раза	Следить за осанкой, дыханием детей. Максимально тянуть руки вперед. Колени не сгибать, наклониться как можно ниже.

выпрямиться. 4. Пскоки на двух ногах (погремушка в руке) с продвижением вперед за Золотой рыбкой. Заключительная часть. 5. Ходьба за <i>Золотой рыбкой</i> .	20 сек. 20 сек.	Колени не сгибать Положить погремушку
Дети заходят в воду с поддержкой <i>Золотой рыбки</i> . <i>Золотая рыбка</i> предлагает детям погулять на речке.		
Вводная часть. 1. Ходьба по бассейну в разных направлениях, разгребая воду руками, ходьба парами. 2. Игра «Мячики» Основная часть. 1. Игра: «Нос утонул» 2. Игра: «В гостях у Золотой рыбки» 3. Игра: «Догоните мяч» Заключительная часть. 1. Игра: «Волны на речке» 2. Игра: «Кто самый мокрый?» 3. Самостоятельные игры детей на воде.	2 мин. 1 мин. 3 – 4 раза 3 – 4 раза 2 мин. 1 мин. 1 мин. 2 мин.	<i>Золотая рыбка</i> показывает детям задания. Прыжки без поддержки. Держась за обруч, наклониться, подуть на воду, остудить. Потом опустить носик в воду, а затем лицо в воду. Присесть, погрузиться в воду с головой, попасть в обруч – «домик» Бег по дну бассейна за мячом. Стоя в кругу, двигать руками в воде вправо, влево, поворачивая ладони (имитация волн). Лицо не вытирать и не отворачиваться от брызг. <i>Золотая рыбка</i> хвалит детей за смелость, ловкость и провожает детей.
Организационный выход из воды.		