Павлодар облысының білім беру басқармасы

Павлодар қаласы білім беру бөлімінің

«Павлодар қаласының №115 сәбилер бақшасы»

коммуналдық мемлекеттік қазыналық кәсіпорны

Коммунальное государственное

казенное предприятие

«Ясли - сад №115 города Павлодара»

отдела образования города Павлодара,

управления образования Павлодарской области

**Открытое занятие по плаванию в группе предшкольной подготовки**

**«Смелые ребята»**

Выполнила инструктор по

физическому воспитанию:

Ирклиенко Н.И

2021 год

**Конспект занятия организованой учебной деятельности**

**Топ/Группа:** предшкольной подготовки

**Күні/ Дата:**

**Білім беру саласы/Образовательная область:** Вариативный компонент

**Бөлімі /Раздел:** Плавание

**Тақырыбы/Тема:** «Смелые ребята»

**Мақсаты/Цель**: развитие умение выполнять скольжение при помощи плавательной доски.

**Міндеттері/ Задачи:** - формировать умение выполнять скольжение при помощи плавательной доски;

-закрепление умение выполнять выполнять вдох ртом, выдох носом;

-совершенствование навыка погружение с головой;

-развивать координацию движений;

-повторить правила поведения;

-воспитывать бережное отношение к инвентарю.

**Билингвальды компонент/ Билингвальный компонент:** ходьба - жүріс

**Құрал- жабдықтар /Оборудование:** аудиозапись, бубен, обручи, плавательные доски

**Күтілетік нәтиже: Ожидаемый результат:**

**Меңгереді/Воспроизводит**: умение выполнять скольжение при помощи плавательной доски.

**Түсінеді/понимает:** правила повидения на занятиях плаванием

**Қалданады/Применяет:** на практике

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Іс-әрекет кезеңі**  **Этапы**  **деятельности** | **Педагогтың іс-әрекеті**  **Действия педагога** | **Уақыт Дозировка** | **Әдістемелік нұсқаулар, қарқыны/**  **Методические указания, темп** |
| Вводная часть | 1. Организовать  детей к занятию  1) построение, приветствие; 2) сообщение задач занятия; 2.Обеспечить профилактику травматизма  3. Ходьба  - в колонне по одному  - дробным шагом  - на носках  4. Бег  - на носках  -с высоким подниманием колен  -захлестыванием голени  -шаг-галоп в правую, левую сторону  5. Ходьба с восстановлением  дыхания «Трубочка»  Построение в шеренгу.  Вход в воду | 30сек  1мин  1мин  30сек  30сек | «Равняясь!»  «Смирно!» Здравствуйте!  Держим осанку  не толкаем друг друга,  чаще шагаем  руки вверх, тянемся выше  Соблюдаем дистанцию  Высоко поднимаем колено.  Чаше работаем руками.  Дышим носом  средний темп  Вдох 1-2, через рот, 3-4 |
| Основная часть | Комплекс ОРУ  1. И. п: ноги на ширине ступни, параллельно, руки на поясе,1- руки в стороны: 2- руки вверх, подняться на носки: 3- руки в стороны; 4- вернуться в исходное положение.  2. И. п: ноги на ширине плеч, руки за головой. 1-поворот туловища вправо, руки в стороны; 2-вернуться в исходное положение. То же влево.  3. И. п: ноги на ширине плеч, руки внизу. 1-руки в стороны; 2- наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук носков ног; 3- выпрямиться, руки в стороны; 4- вернуться в исходное положение .  4. И. п: основная стойка1, руки на поясе. 1-2- присесть, руки вынести вперед; 3-4-вернуться в исходное положение.  5: И. п: основная стойка, руки внизу. 1 — правую ногу в сторону, руки в стороны 2- правую руку вниз, левую вверх: 3 — руки в стороны: 4 — приставить правую ногу, вернуться в исходное положение. То же влево.  6. И. п: основная стойка, руки на поясе. 1 — правую ногу вперед на носок; 2 — в сторону (вправо): 3 — назад; 4- вернуться в исходное положение. То же влево левой ногой.  7. И. п: основная стойка, руки на поясе. 1 — прыжком ноги врозь, руки в стороны: 2 — вернуться в исходное положение. На счет 1 -8 повторить.  Основные виды движения –  Ходьба «Цапля», «Лодочка плывет», «Хлопок - нырок».  Сюрпризный момент: показ рыбке в ведерке. Ситуация – рыбка боится плавать в большой воде, беседа, пути решения ситуации.  Дети должны помочь рыбке не боятся воды.  Обучение правильному дыханию: выполняем вдох ртом, выдох носом.  Упражнения:  1.Выдохи в воду («У кого сильнее?»).  Держась за поручень, хват широкий выдохи в воду.  2.Взявшись прямыми руками за бортик, сделать вдох и, опустив лицо в воду (подбородок прижат к груди), лечь на воду, приподняв таз и ноги к поверхности воды.  3.Скольжение при помощи плавательной доски.  4.Скольжение на мячах.  5.Скольжение в горизонтально расположенный обруч.  6. Подвижная игра: «Подводные камни».  7. Подвижная игра «Достань бутылочку» | 6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  3- 4 раза  1мин  3-4раза  8мин  2мин  2мин | Выполняем плавно подсчет.  Следим за равновесием.  Тянемся вниз в воду.  Руками косаемся воды.  Сохраняем равновесие, выполняем подсчет.  Выполняем плавно.  Выполнить прыжки подсчет.  Выполнятся в среднем темпе под счет или музыкальное сопровождение.  Высоко поднимаем колено.  Руки не сгибать.  Выдохи выполняем энергично.  Лицо опускаем горизонтально.  Правильно распределяем нагрузку, на доску не давим, руки прямые.  Не толкаться, другим не мешать, ногами не скользить.  Скользим, обруч не задеваем.  Соблюдаем правила.  Следим за соблюдением правил. |
| Заключительная часть | Восстановить дыхание после нагрузки:  Дыхательные упражнения «Насос», «Шар». Подведение итогов занятия, прощание с рыбкой.  Выход из воды. | 4-5раз  30сек | Вдох через рот,  Выдох через нос. |