**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ПРОВЕДЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЛАСТИ «ПЛАВАНИЕ»**

**НА ТЕМУ: «УРОКИ С МЯЧОМ»**

***Чванова Анна Викторовна***

*инструктор по физической культуре, МБДОУ «Детский сад «Мишутка»*

 Аннотация.

 Данное учебно-тренировочное занятие, для детей среднего возраста, осуществлялось в соответствии с технологической картой занятия, в соответствии с задачами основной общеобразовательной программой, соответствующими данному возрасту детей. Для реализации каждой задачи были подобраны педагогические приемы, в интересной и занимательной форме.

 Общеразвивающие упражнения были подобраны с учётом разогрева тех групп мышц, связок и суставов, которые были задействованы в основной части занятия.

 Приемы на занятии носят игровой характер, основаны на игровых обучающих ситуациях. Использование мячей, помогло в интересной игровой форме реализовать основную обучающую задачу - формирование и представления детей о плаванье.

Целью методической разработки по плаванию «Уроки с мячом» является: формирование представлений у детей о пользе здорового образа жизни; закрепление умения выполнять технику плавания; соблюдение техники безопасности на занятии; развитие зрительного восприятия и координации движений; развитие смелости; разнообразие игр на воде с мячами разных размеров.

Форма проведения: групповая

**Ход:**

(*дети встают у широкого борта бассейна*)

**Вводная часть**

**Инструктор:** Дети, вы любите в воде играть, купаться?

**Дети:** Да!

**Инструктор:** Тогда сегодня я вам предлагаю поиграть с предметом, который вы все любите. А что это за предмет, вы узнаете, если угадаете загадку.

Бьют его рукой и палкой,

Никому его не жалко.

А за что беднягу бьют?

Да за то, что он надут (*Мяч*)

**Дети:** Мяч!

**Инструктор:** Правильно, это мяч. Но прежде чем поиграть с мячом, мы сделаем с вами разминку:

Рано утром мы встаём,

Умываться мы идём;

Водичка - водичка,

Умой моё личико!

Чтобы глазки блестели,

Чтобы щёчки краснели,

Чтоб кусался зубок,

И смеялся роток.

(*под эти слова дети набирают в руки воду и умываются*)

 А сейчас, все ребята поворачиваются друг за другом и идут вдоль бортика.

(*дети поворачиваются друг за другом и идут вдоль бортика, выполняя разминку*)

- ходьба обычная вдоль бортика, помогая себе руками 1-2 мин.;

- ходьба поднимая колени вверх, помогая себе руками 1-2 мин.;

- ходьба гуськом, помогая себе руками;

- ходьба на руках полулёжа;

- бег друг за другом, помогая себе руками.

- упражнение на восстановление дыхания: руки поднимаем вверх – вдох, приседаем, опускаем руки и голову вниз под воду – выдох.

**Основная часть:**

**Инструктор:** Ребята, давайте покажем, какими ловкими и смелыми мы можем быть

1. Стоя возле бортика, сделать глубокий вдох, присесть, погрузившись полностью в воду, сделать энергичный выдох – 5 раз;

2. Стоя у бортика, держась за него руками, присесть, выпрыгнуть как можно выше, чтобы ноги отрывались от дна бассейна – 5 раз;

3. Упражнение «Моторчики». Дети опираются на поручень у края бассейна, подложив согнутые в локтях руки под грудь, выполняют движения прямыми ногами вверх-вниз - 1,5-2 мин.;

4. После этого дети переворачиваются на спину и выполняют движения прямыми ногами вверх-вниз, держась за поручень раскинутыми в стороны руками;

5. Упражнение «Дельфины». Дети берут в руки мяч, становятся у бортика, руки прямые вперёд, отталкиваются ногами и скользят в прямом направлении к противоположному бортику – 4 раза;

6. Упражнение «Достань со дна». Шарики, наполненные крупой, бросаются в разных направлениях. По сигналу, дети ныряют и достают со дна шарики-мешочки – 4 раза.

**Заключительная часть. Игра «Перебрось мяч»**

 Дети делятся на две команды и становятся на против друг напротив друга, между командами растягивается канат. По сигналу игроки перебрасывают надувной мяч противоположной команде. Задача игроков ловить мяч и пытаться забросить соперникам «гол».

**Инструктор:** За прекрасное занятие, всех детей благодарю и красивый шарик подарю!

(*дети выходят из бассейна, идут в душ, далее идут в раздевалку и там их встречает инструктор с разноцветными шариками в руках, когда дети оделись и собрались идти в группу, инструктор каждому ребёнку вручает шарик*)

**Литература:**

1. Аскарова Н.Н. «Использование нестандартного оборудования в обучении дошкольников плаванию./ Инструктор по физкультуре – 2009.

2. Ежикова С.И. «Программа начального обучения плаванию» - Москва, 1983.

3. Осокина Т.И. «Обучение плаванию в детском саду» - Книга для воспитателей и родителей – м.: Просвещение 1991.