

Управление по образованию, спорту и туризму Пуховичского РИК
ГУО «Детский сад «Василёк» п. Дружный»

Физкультурный досуг
для детей старшей группы
«Вода не терпит шалостей»

Подготовила:
Савкина О.И.,
руководитель физического
воспитания первой
квалификационной категории

Цель: развитие и популяризация физкультурно-оздоровительной работы, пропаганда основ безопасности жизни, привлечение к систематическим занятиям плаванием детей дошкольного возраста, сохранение и укрепление их здоровья.

Задачи:

формировать умение владеть своим телом в непривычной среде, совершенствовать навыки скольжения, лежания на воде, погружения в воду;

познакомить с основами безопасности в воде, около воды;

научить ребенка практическим методам самостоятельного принятия решений, ориентированных на собственное здоровье;

воспитывать чувство ответственности за других детей и людей.

Оборудование:

Музыкальная колонка, аудиозаписи, надувные игрушки, пластиковые бутылки, кукла, тонущие предметы, обручи, доски, спасательный жилет, спасательный круг

Вводная часть: Дети заходят в бассейн под музыку, располагаются на обходных дорожках.

Ведущий: Добрый день, юные спортсмены, все гости и приглашенные! Мы рады приветствовать вас на нашем спортивном празднике на воде «Юные спасатели»!

Как вы думаете, кто такие спасатели?

Для чего они нужны?

А в воде нужны спасатели?

Ведущий: Правильно! Спасатель людям помогает,

Он из беды их выручает!

И медик он, и верхолаз,

И, если нужно, водолаз!

А вы хотите стать спасателями на воде?

Ведущий: Спасателям сильным и ловким

Со спортом всегда по пути!

Нас не страшат тренировки-

Смелое сердце бьется в груди!

Не зевай и не ленись, на разминку становись!

Будем вместе мы играть, и за мной повторять!

Разминка на суше «Виды плавания». Дети повторяют движения за ведущим.

Быстро к речке мы спустились (шагать на месте)

Наклонились и умылись (наклоны вперед)

Раз, два, три, четыре (хлопаем в ладоши)

Вот как славно освежились (встряхнуть руками).

Делать так руками нужно:

Вместе раз – это БРАСС (круговые движения перед грудью)

Одной, другой рукой -это КРОЛЬ («мельница»)

Все, как один, плывем как ДЕЛЬФИН (двумя руками вперед)

Вышли на берег крутой (ходьба на месте)

Но не отправимся домой.

Ведущий: Мы с вами тоже можем стать спасателями, но для этого надо много знать и уметь. Для начала нам с вами надо повторить правила безопасного поведения на воде. Я вам буду показывать картинки, а вы называть, что же это за правило.

Молодцы! С правилами вы справились на отлично.

Дети:

Мы сейчас без промедленья, для всеобщего веселья,
Ловкость всем свою покажем, быстроту свою докажем!

Ведущий: Подумаем, чем пользуются спасатели при спасении пострадавших на воде?

Упражнение «Спасательные средства» (спасательный круг, жилетка, доска для плавания, веревка). На противоположном от детей бортике или в обруче разложены разные предметы, дети по очереди подплывают к бортику или обручу, и выбирают себе любое одно спасательное средство и возвращаются обратно.

Ведущий: Пустые бутылки – замечательное спасательное средство в случае, если на пляже нет спасательного жилета или круга. Ребята сейчас продемонстрируют, как их можно использовать.

Упражнение с пустыми бутылками (на груди и спине)

Ребенок берет по 2 пустые пластиковые бутылки и, прижимая их к себе, на спине плывет к противоположному бортику. Там он разворачивается и уже на животе с бутылками плывет обратно.

Ведущий: Иногда случается так, что мы берем в воду свою любимую игрушку и она случайно оказывается на дне. Сейчас мы с вами покажем, как мы будем доставать со дна наши игрушки.

Подвижная игра «Отыщи предмет на дне» (по команде руководителя физического воспитания).

По команде педагога дети будут поднимать со дна названный им предмет.

Ведущий: В походах и путешествиях обязательно нужна питьевая вода. Канистра с водой – отличное плавательное средство. Дети покажут, как можно не только добраться до противоположного берега, но и обеспечить себя запасом воды.

Буксировка предмета (канистра с водой, 5л)

Дети поочередно толкают перед собой канистру или держатся за нее, доплывают до противоположного бортика и возвращаются обратно.

Ведущий: Когда вы купаетесь в водоемах, ноги могут запутаться в водорослях. Как, не распутывая ноги, добраться до берега? Сейчас дети покажут, что плыть, таким образом, возможно и совсем не страшно.

Эстафета с завязанными ногами.

Каждый участник надевает на две ноги резинку для фитнеса, проплывает таким образом дистанцию, возвращается обратно.

Ведущий: Ребята, смотрите! Малыш тонет. Скорее на помощь!

Спасение утопающего.

Ребенок подплывает к кукле и обхватывает ее за плечо, буксирует к берегу.

Ведущий: На воде может случиться так, что силы плыть больше нет. Как же нам поступить в этом случае? Давайте покажем, как мы умеем отдыхать на спине («звездочка» на спине)

Ведущий: Обучение все прошли, мы итоги подвели.

Выходите из воды – вы сегодня молодцы!

Ведущий: Спасатели лучшие на пьедестале!

Вручаем торжественно всем вам медали!

Правила поведения на воде

- Соблюдайте правила поведения на воде, даже если вы хорошо плаваете.
- Не купайтесь в незнакомом месте, не зная рельефа дна и глубины водоема.
- Не заплывайте за ограждение.
- Избегайте водорослей и посторонних предметов в воде.
- Не купайтесь «до посинения». Этим вы можете спровоцировать судороги.
- Не подплывайте к катерам и пароходам. Вас может закрутить водоворот или вы попадете под винт.
- Если случилась беда, надо знать, как себя вести.
- Если вы упали в воду, а плавать не умеете, зовите на помощь и постарайтесь продержаться на поверхности как можно дольше, пока вас не спасут.
- Шлепайте по воде руками, попеременно двигайте ногами.
- Если вы запутались в водорослях, не барахтайтесь, иначе запутаетесь еще больше. Постарайтесь резко оттолкнуться обеими ногами. А если не получится, трите ногу о ногу, стараясь скатать водоросли. Не ныряйте, потому что водоросли могут опутать шею.
- При судорогах в воде остановитесь, повернитесь на спину и постарайтесь лечь на воду. Потяните стопу на себя. После немного отдохните и плывите к берегу.

