

«Если хочешь быть здоровым - плавай!»: проектная деятельность в детском саду

Автор: Колодинова Ольга Владимировна, инструктор по физической культуре (плавание).

Вид проекта: краткосрочный.

Участники проекта: дети группы № 13, воспитатели, инструктор по плаванию, логопед.

1 этап. Выбор темы

2 этап. Сбор информации

- Интернет.
- Н. Костылёва «Покажи и расскажи».
- М. В. Рыбак «Занятия в бассейне с дошкольниками».
- Т. А. Протченко «Обучение плаванию дошкольников и младших школьников».
- «Игры с водой».

3 этап. Выбор проектов



4 этап. Реализация проекта



5 этап. Презентация проекта

Развлечение «Мы ныряем – звуки закрепляем!»

Цель развлечения: Создание необычных условий для закрепления знаний и умений, полученных на логопедических занятиях и во время занятий по обучению плаванию.

Оборудование: цветные пластмассовые шарики, пластиковые плавающие кораблики, доски для плавания, ведёрки синего и красного цвета, буквы, «камни» с буквами, бумажные кораблики, обручи.

Ведущий: Ребята, сегодня вы не просто будете заниматься, а искать клад. А чтобы его найти нужно будет пройти все испытания.

Ведущий: Всем известно, всем понятно.

Что здоровым быть приятно.

Только каждый должен знать,

Как ему здоровым стать!

Начнём мы с разминки:

1. Элементы фонетической ритмики (произнести звуки А, О, У, Э, И).



2. Физминутка «Море»

Море очень широко, (Дети широко разводят руки в сторону.)

Море очень глубоко. (Приседают, коснувшись руками пола.)
Рыбки там живут, друзья, (Выполняют движение «Рыбка».)
А вот воду пить – нельзя. (Разводят руки в сторону, приподняв плечи.)



Ведущая: Что ж ребята вы стоите, а размяться не хотите, руки, ноги разомнем, и в бассейне поплывем.

3. Комплекс упражнений в воде

1. Ходьба (по ширине бассейна, до противоположного бортика) в шеренге, взявшись за руки, высоко поднимая колени из воды.

2. Прыжки спиной вперед с хлопками в ладоши к противоположному бортику бассейна.

3. Ходьба вперед до противоположного бортика с наклоном торса, сопровождаемая движениями рук по типу кроля, и обратно.

4. Игровое упражнение с выдохом в воду «Поговори с рыбкой». Дети выполняют ритмичный вдох над водой и выдох под водой (до 8 раз). Полный вдох и выдох, глаза открыты.

4. Игра «Море волнуется». Детям предлагается показать букву А, У, Г и т.д.

5. Пальчиковая гимнастика

«Игра «Рыбка»»

И. П. – кисти рук лежат на поверхности воды. Бъём кистями по воде.

Рыбки-малютки

По морю плывут,

Скачут, резвятся и хвостиком бьют.

6. «Самый быстрый»

Цель: быстро проплыть дистанцию, не уронив игрушку с доски. Дети по очереди плывут «торпедой» на груди с доской, на которой лежит игрушка.

7. Игра на дыхание «Ветерок»

Цель: как можно быстрее загнать шарик в обруч, используя только силу дыхания. Дети дуют на шарики, стараясь загнать их в обруч.



8. «Самый внимательный»

Цель: развитие чувства ритма. 1, 2 – прыжки на двух ногах, 3 – нырнуть под воду сделать выдох.



9. Игра «Водолазы»

Цель: достать наибольшее количество предметов со дна. Дети собирают разбросанные на дне «киндер-сюрпризы» с буквами по одному и приносят в ведёрки, обозначающие гласные и согласные звуки.

«Торпеды мчатся быстрые, плывут, не устают.

А рядом водолазы что-то достают.

Считают водолазы, им счёт необходим.

Глаза не закрываем, на дно мы все глядим».



10. Пальчиковая гимнастика

Растопырить пальчики веером в воде, загребать воду с силой, чтобы появились пузырьки.

11. «Дельфины-разведчики». Нырнуть в обруч, как дельфины.



12. «Лягушата». Дети свободно располагаются в бассейне. По сигналу «щука» – подпрыгивают вверх, по команде «утка» – прячутся под воду.



13. «Морские звёзды». Дети держатся за руки и по команде выполняют «звёздочку».



14. «Быстрые кораблики». Дети берут бумажные кораблики, ставят их на воду и по команде «в путь» – дуют на воду, чтобы кораблик плыл вперёд до противоположного бортика.

15. Дети ныряют за кладом. Достают банку с буквами. Выкладывают из букв слово ВОДА.

Ведущая: Вода – источник жизни, здоровья.

Давайте же мыться,

Плескаться, купаться, нырять, кувыраться

Всегда и везде – Вечная слава воде!

На прощанье мой наказ –

Чтоб расти здоровыми, смелыми, толковыми –

Чтоб прогнать усталость, лень

Ешьте фрукты каждый день!

Рано утром не ленись
На зарядку становись
Помогают нам всегда
Солнце, воздух и вода.
Крепла, чтоб мускулатура
Занимайтесь физкультурой
До свиданья, детвора!
Всем привет! Физкульт-УРА!