

Открытое занятие для детей старшего дошкольного возраста от игры к прикладному плаванию в форме квест-игры «Пиратские приключения!»

Составитель: И.Ю. Воронова, инструктор по физической культуре, ИКК

Здравствуйте, коллеги! Сегодня я хочу представить Вам дидактическую игру для бассейна - игра-квест «Пиратские приключения!»

Вода — это не просто среда для игр и развлечений, она также предоставляет отличные возможности для прикладного плавания в дошкольном возрасте. Начиная с самых маленьких, детям можно показать, как плавать и научить основам безопасности в воде.

Игра в бассейне укрепляет доверие к воде и помогает преодолевать страх. Регулярные занятия с использованием **Мультиполосы** способствуют уверенности детей в себе и повышает их самооценку. Мультиполоса — это заранее продуманный план игры перемещения детей по бассейну в разном темпе с игровыми заданиями и упражнениями, используя игровые методы и приемы.

Таким образом, **игра** является незаменимым инструментом, позволяющим приобрести навыки с удовольствием и без стресса, способствует укреплению мышц, улучшению координации движений и развитию баланса.

Когда дети осваивают навыки плавания, они могут научиться лежать на спине, делать подтяжку ног и рук, а также дышать правильно во время плавания. Эти навыки могут быть полезными при повседневной жизни, а также в экстренных ситуациях.

Занятия с элементами прикладного плавания в дошкольном возрасте помогают детям не только развиваться физически, но и повышают их уверенность в себе и самостоятельность. Они научатся преодолевать трудности, справляться с испытаниями и достигать поставленных целей.

Итак, игры в воде могут стать первым шагом к прикладному плаванию в дошкольном возрасте. Они помогут детям развиваться физически и эмоционально, а также освоить навыки, которые им пригодятся в жизни.

Важно помнить, что безопасность всегда должна быть на первом месте, поэтому необходимо обучать детей основам безопасности в воде.

Ход игры

Играют 4-6 человек, команда.

На борту бассейна расположено поле с этапами квест-игры. Каждый этап обозначается картинкой с заданием (которое зачитывает ведущий).

На кубике изображены символы-картинки, обозначающие вид передвижения (скольжения) игроков от этапа к этапу. На выпавшую картинку на кубике ведущий зачитывает задание.

Если данный этап квест-игры пройден, игроки получают право бросить кубик ещё раз и продолжить ход фишкой-фигуркой.

Победителем считаются игроки, пришедшие к финишу, выполнив все задания игры-квеста.

ЗАДАНИЯ НА КАРТИНКАХ

«морского кубика»

- **«Дельфин»** - игровое упражнение «дельфин», слегка присесть, опустить руки вдоль туловища. Затем немного согнуться, сделать вдох, задержать дыхание и войти в воду с головой, выполняя «волнообразные» движения телом.
- **«Змея»** - игровое упражнение «змея», слегка присесть, опустить руки вдоль туловища. Затем немного согнуться, сделать вдох, задержать дыхание и войти в воду с головой, выполняя движения телом «влево-вправо».
- **«Морская звезда»** - игровое упражнение «Звезда-стрела». «Звезда», сделать глубокий вдох, задержать дыхание и, наклонившись вперёд, свободно лечь на воду, развести в сторону руки и ноги. «Стрела», лежать вытянувшись у самой поверхности воды (руки, ноги, всё тело напряжено).
«Пушечное ядро (бомбочка)» - игровое упражнение «поплавок», «взрыв!» - игровое упражнение «поплавок-звезда». «Поплавок», сделать глубокий вдох и задержав дыхание, погрузиться под воду с открытыми глазами. Сильно согнуть ноги, обхватить руками голени и подтянуть колени к груди, голову нагнуть как можно ближе к коленям. В этом положении «поплавок» всплыть на поверхности воды. «Звезда», свободно лежать на воде, развести в сторону руки и ноги.
- **«Быстрый кальмар»** - игровое упражнение «торпеда», слегка присесть, поднять руки вверх и немного вперёд так, чтобы предплечьями были прикрыты уши. Затем немного согнуться, сделать вдох, задержать дыхание и войти в воду с вытянутыми вперёд руками и головой, выполняя скольжение с работой ног «кроль на груди».
- **«Акула»** - придумай! Как плавают акула? Например: игровое упражнение, скольжение с работой рук и ног «кроль на груди».
- **«Назови пять морских жителей»** - кит, дельфин, морская звезда, рыба и т.д.

Пират (инструктор ф. к.): здравствуйте, ребята! Я бесстрашный пират, гроза семи морей Джек Уиллис. Всю жизнь я собирал сокровища всех континентов, но достанутся они лишь достойному. А, вы достойны ребята!

(Ответы детей).

Готовы отправиться со мной в пиратские приключения?

(Ответы детей).

На abordаж! Захватим пиратский корабль! Мы с вами поплывем на необитаемый «Остров радости!» На морском дне, я спрятал карту сокровищ в бутылку.

Дети спускаются в воду, и захватывают пиратский корабль.

ЗАДАНИЯ НА ЭТАПАХ ИГРЫ-КВЕСТА (карточки)

- «Остров радости!», собери со дна «бутылку Пирата!» - по сигналу игроки погружаются в воду и стараются собрать со дна «бутылку Пирата». Вам досталась карта для поиска сокровищ. Покажите, как вы будете радоваться, когда найдёте клад!

Скорее кидайте кубик и следите за тем, что уготовила вам судьба! Удачи вам и попутного ветра!

- «Скрути паутину Паука» - игровое упражнение на развитие мелкой моторики. Наматывание «паутины» (веревочки) на палочку.
- «Подводная пещера» - используется оборудование «подводная скамейка», проплывание под водой внутри «подводной скамейки».
- «Переплыви водопад» - игровое упражнение «торпеда», слегка присесть, поднять руки вверх и немного вперёд так, чтобы предплечьями были прикрыты уши. Затем немного согнуться, сделать вдох, задержать дыхание и войти в воду с вытянутыми вперёд руками и головой, выполняя скольжение с работой ног «кроль на груди».
- «Попади в водоворот» - метание игрушек-липучек в цель (обруч).
- «Вулкан» - игровое упражнение «сядь на дно», «большие пузыри» с выдохом в воду.
- Остров сокровищ» - игра-забава «Собери золотые икринки», по сигналу игроки погружаются в воду и стараются собрать, как можно больше «золотых икринок», «Пиратские сокровища».

Выполнив все задания игры-квеста, ребята награждаются «Пиратскими сокровищами» (шоколад «золотые монеты»).