

**Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное учреждение №17**

**План проведения
Единого дня плавания в ДОУ №17
«За здоровое будущее»,
посвященного 65-летию Липецкой области
22 декабря 2018 года**

г. Липецк

10.00 – подготовка к спортивному мероприятию на воде

10.30 - торжественное открытие

Вступительное слово заведующей:

- Здравствуйте, уважаемые гости «Волшебного замка».
- 22 декабря бассейны всех городов и районов Липецкой области примут участников Единого дня плавания «За здоровое будущее!», посвященного 65-летию Липецкой области. День плавания проходит в рамках приоритетного проекта «Здоровый регион» вот уже третий год подряд. В этот день на «голубые» дорожки выйдут профессиональные спортсмены, любители, новички всех возрастов и целые семьи.
- В этом году наш детский сад не стал исключением.
- Сегодня на наши голубые дорожки выйдут воспитанники старшего дошкольного возраста детского сада №17 города Липецка.

Ведущая (Козачек Е.В.):

- Здравствуйте, дорогие наши гости! Говорить друг другу здравствуй – это, значит желать здоровья. Здравствуй, говорят при встречах, желая здоровья, так и мы приветствуем вас, дорогие наши гости.
 - Мы очень рады, что вы все собрались на нашем празднике. Каждый из нас хочет, чтобы наши дети росли здоровыми, веселыми, крепкими и общительными. Мы – взрослые должны как можно больше уделять внимание своим детям и стараться прививать им ценности здорового образа жизни.
 - Открываем наш спортивно-оздоровительный праздник «Веселые старты на воде».
 - Звучит музыка. Выходят две команды (*выводят Еманова Н.Н., Орлова Л.Ю.*).
- Представление команд: Команда «Вишенка»*

Команда «Белоснежка»

- Позвольте представить судейскую коллегию нашего спортивного мероприятия:

Еманова Наталья Николаевна

Орлова Любовь Юрьевна

Скрыдлова Валентина Михайловна

Волошина Елена Николаевна (секретарь)

Козочкин Юрий Иванович (главный судья)

- Пусть вам наш праздник сегодня запомнится

Пусть вас невзгоды пройдут стороной,

Пусть все желания ваши исполнятся

А физкультура станет родной!

А теперь я хочу спросить у вас:

Только кто с физкультурой не дружит никогда,

Не прыгают, не бегают

А только спят всегда

Не любят лыжи и коньки

И на футбол их не зови
Раскройте нам секрет
Таким здесь с нами нет? (*Ответ хором НЕТ*)

Кто с работой дружен
Нам сегодня нужен? (*Нужен*)
Кто со здоровьем дружен
Нам сегодня нужен? (*Нужен*)
Кто со спортом дружен
Нам сегодня нужен? (*Нужен*)
Таким людям хвала и честь
Такие люди среди нас есть.

Выход рыбки.

Золотая рыбка: Здравствуйте, ребята.

Я владычица морская,
Повелительница волн!
Захочу на дно пускаю,
Захочу спасаю чёлн.

Обойди хоть целый свет,
В волшебстве мне равных нет!
Превратить печаль в улыбку
Может золотая рыбка.

- Ребята, Я приглашаю вас поиграть со мной в воде. Но сначала мы примем душ.

Ведущая:

- Пока наши юные пловцы принимают душ, слово предоставляется инструктору по плаванию Козочкину Юрию Ивановичу.

Козочкин Ю.И.

- Уважаемые родители!

Систематические занятия плаванием ведут к усовершенствованию органов кровообращения и дыхания. Укрепляется нервная система, крепче становится сон, улучшается аппетит, совершенствуются движения вашего ребёнка. Занятия в воде повышают сопротивляемость растущего организма к холоду, оказывают тонизирующее воздействие. Недаром плавание называют «крепостью здоровья».

Занимаясь плаванием с раннего возраста, ваши дети будут расти закаленными, гармонично развитыми, совершенствовать свое мастерство.

Путь в чемпионы никому не заказан, поэтому желаем всем малышам счастливого плавания!

Воспитанники нашего детского сада, регулярно посещающие бассейн, ежегодно принимают участие в городской спартакиаде дошкольников «Быстрее, выше, сильнее» и занимают призовые места. Выпускники занимаются в спортивных школах по плаванию.

Ведущая:

- Встречаем юных спортсменов.

Дети вместе с Золотой рыбкой спускаются в бассейн.

Проводится разминка. Козочкин Ю.И. комментирует, Золотая рыбка – показывает упражнения для разминки и выполняет вместе с детьми:

- Упражнение «Радуга» - 2 раза

- Упражнение «Кораблики» - 2 раза

После разминки дети делятся на две команды:

1-ая дорожка Команда «Белоснежка»

2-ая дорожка Команда «Вишенка»

Козочкин Ю.И. объясняет правила игр в воде.

- *Игра «Переправа рыбки»:* дети каждой команды становятся по две стороны бассейна. Дети выполняют скольжение на груди с работой ног, как при плавании способом «кроль на груди», держась за доску, на которой лежит рыбка. От одного бортика бассейна до противоположного необходимо переправить рыбку, не уронив ее в воду.

- *Игра «Спасатели»*

- *Игра «Меткие стрелки»:* Дети делятся на две команды. Получается команда Желтых и команда Красных. Дети по очереди (по одному игроку от каждой команды) кидают мячики вперед из положения стоя, стараясь попасть в обруч. Побеждает та команда, у которой будет больше точных попаданий. Дети собирают мячики своего цвета и отдают Золотой рыбке.

- *Игра с родителями «Меткие стрелки».* Каждый родитель берет мячики определенного цвета кидают мячики вперед стараясь попасть в обруч. Дети собирают мячики своего цвета и отдают Золотой рыбке.

Золотая рыбка предлагает детям собрать клад со дна бассейна.

- *Игра «Собери клад»:* Дети становятся по одну сторону бассейна, с другой стороны на дно кладется клад. Дети любым способом должны достать по одной вещи и отдать Золотой рыбке.

Золотая рыбка делает с ребятами дыхательную гимнастику.

- *Игра «Рыбак и рыбки»*

Ведущая:

- Наше спортивное мероприятие на воде подходит к концу.

Ребята занимают свои места на лавочке. Судейская коллегия готовится к вручению подарков участникам спортивного развлечения на воде.

Звучит торжественная музыка участникам мероприятия заведующая и главный судья вручают подарки.

II часть

11.30-12.00 – подготовка к соревнованиям среди детей старшего дошкольного возраста «Веселые старты на воде».

12.00 – Торжественное начало

Вступительное слово заведующей:

- Здравствуйте, уважаемые гости «Волшебного замка».

- 22 декабря бассейны всех городов и районов Липецкой области принимают участников Единого дня плавания «За здоровое будущее!», посвященного 65-летию Липецкой области. День плавания проходит в рамках приоритетного проекта «Здоровый регион» вот уже третий год подряд. В этот день на «голубые» дорожки выйдут профессиональные спортсмены, любители, новички всех возрастов и целые семьи.

- В этом году наш детский сад не стал исключением.

- Сегодня на наши голубые дорожки выйдут воспитанники старшего дошкольного возраста детского сада №17 города Липецка.

- В рамках Единого дня плавания в нашем детском саду пройдут соревнования «Веселые старты на воде» среди сильнейших юных пловцов ДОУ №17.

Представляю вашему вниманию судейскую коллегия:
судьи Еманова Наталья Николаевна, Орлова Любовь Юрьевна
секретарь соревнований Волошина Елена Николаевна
Слово предоставляется главному судье соревнований на воде.

Козочкин Ю.И.

- Здравствуйте, уважаемые гости.

В программу соревнований входят:

Упражнение «Пловцы» (дистанция 7 м, вольный стиль)

Эстафета «Челнок» (дистанция 4х7, вольный стиль)

Командная эстафета «Лодочки» (дистанция 4х7, движение ногами в стиле «кроль», с плавательной доской в руках)

Эстафета «Собери клад» (дистанция 14 метров с аквапалкой)

Товарищеская игра с элементами поло.

Итак приглашаем команды: (команды выводят Еманова Н.Н., Орлова Л.Ю.)

Команда «Солнышко»

Команда «Капелька»
Представление команд.

Первое упражнение на воде «Пловцы» (дистанция 7 метров, вольный стиль)

Исходное положение - основная стойка (далее - о.с.), лицом к бортику, руки лежат на бортике, одна нога стоит на полу, другая согнута в колене, стоит на бортике. На старте даются команды «На старт! Внимание!». По свистку участники отталкиваются одной или двумя ногами от бортика бассейна и плывут до линии «финиш» на спине. Доплыв до линии «финиш», участник должен коснуться любой рукой «финишной линии». По касанию руки останавливается секундомер, записывается результат.

Эстафета «Челнок» (дистанция 4x8 метров вольным стилем)

На противоположных сторонах бассейна команда по 2 участника строится вдоль бортика. Исходное положение - о.с., спина прижата к бортику бассейна, одна нога стоит на полу, другая согнута в колене, стоит на бортике. Прямые руки лежат на поверхности воды. На старте даются две команды «На старт! Внимание!», затем по свистку участник отталкивается одной или двумя ногами от бортика и плывет вольным стилем до противоположного бортика (дорожки). Во время прохождения дистанции допускается переходить на любой другой способ спортивного плавания (брасс, кроль на спине). Доплыв до линии «финиш» (противоположный бортик бассейна или дорожка), ребенок должен коснуться любой рукой линии «финиш». Как только участник коснулся рукой линии «финиш», следующий участник начинает движение. Участник, завершающий эстафету, должен коснуться рукой бортика бассейна (дорожки), линии «финиш».

Командная эстафета «Лодочки» (дистанция 4x8 метров, движения ногами в стиле кроль, с плавательной доской в руках)

На противоположных сторонах бассейна члены команды по два участника строятся друг за другом. Первый участник держит в руках плавательную доску. Исходное положение - о.с., спина прижата к бортику бассейна, одна нога стоит на полу, другая согнута в колене, стоит на бортике. Ребенок держит прямыми руками плавательную доску за ближний край. На старте даются две команды «На старт! Внимание!». По сигналу свистка участник отталкивается от бортика одной или двумя ногами и плывет, применяя при движении ног стиль плавания кроль, до противоположного бортика. Передает плавательную доску следующему участнику эстафеты, сам становится в конец колонны. Участник, завершающий эстафету, должен коснуться рукой бортика бассейна.

Эстафета «Собери клад»

Команда из четырех человек располагается у разделительной дорожки. В руках у первого ребенка находится аквапалка. Из исходного положения -

о.с., стоя спиной к бортику бассейна, по команде «На старт! Внимание!» и по сигналу свистка первый участник эстафеты плывет на спине, применяя при движении ног стиль плавания кроль, опираясь на аквапалку любой частью верхнего плечевого пояса. Доплыв до противоположного бортика, участник ныряет и достает со дна бассейна одну ракушку. Назад участник плывет на груди, применяя при движении ног стиль плавания кроль, опираясь на аквапалку любой частью верхнего плечевого пояса, в руках держит ракушку. Доплыв до следующего участника, быстро передает аквапалку, ракушку кладет на боковой бортик, сам становится в конец колонны. Движения выполняет следующий участник. Секундомер останавливается, когда последний участник пересечет линию.

Товарищеская игра с элементами водного поло, посвященная 65-летию Липецкой области

Церемония награждения.

Вручение медалей и дипломов за личное первенство.

Вручение медалей и дипломов за участие в соревнованиях.