Методическая разработка

на тему

**«Вместе с радугой»**

 **( для детей 5-6(7) лет)**

**Подготовка проходит в течение недели. На каждом этапе дети получают по одному спектру радуги за выполненное задание.**

**Красный- проводится в группе воспитателями.**

**Оранжевый - проводится в ИЗО студии.**

**Желтый –проходит на групповой уличной площадке.**

**Зеленый – проводится в музыкальном зале.**

**Голубой – спортивный зал +бассейн**

**Синий – проводит преподаватель английского**

**Фиолетовый - в группе ( заключительный этап)**

**Совместный физкультурный досуг на суше и в бассейне:**

 **«Море волнуется…» (голубой цвет радуги)**

**Цель:** укреплять здоровье детей, приобщать к занятиям плаванием, создавать положительный эмоциональный настрой путем организации активного отдыха .

**Задачи:**

 - оздоровительная: способствовать укреплению иммунитета и улучшения общего состояния здоровья.

- образовательная: совершенствовать погружения под воду с головой, закрепить полученные спортивные навыки.

- воспитательная: укрепить чувство товарищества, умение работать в команде, стремиться к победе; развитие волевых качеств ребенка.

- воспитывать чувство взаимопомощи и коллективизма.

- воспитывать интерес к занятиям  спортом

**Оборудование:**Костюм Нептуна, письмо от Нептуна в голубом конверте, украшенном ракушками, голубая дорожка (коврик), голубые стрелки, голубой таз с водой,10 голубых обручей, разноцветные тонущие игрушки, голубые морские камушки, дипломы, элементы радуги – части-по цветам.

**Вводная часть (начало в спортивном зале, потом переходим в бассейн).**

1.Голубое небо, голубое море,
Ветерок играет голубой волною,
А на горизонте в голубом просторе
Целый день маячит
Парус голубой...

**Ведущий. -Здравствуйте дети!**

**Дети.-Здравствуйте!**

**Ведущий. Посмотрите что у меня в руках? ( Показывает голубой конверт с письмом от Нептуна)**

**Дети. Конверт!**

**Ведущий. Кого он цвета?**

**Дети.Голубого!**

**Ведущий.А как вы думаете, кто его мог нам прислать?**

**Дети.Гадают.**

**Ведущий.А давайте посмотрим что там! Письмо! Письмо от самого Нептуна, царя морей и океанов, повелителя воды! Вот что он нам пишет…**

***«Здравствуйте, дорогие дети!***

 ***Пишет вам царь Нептун! У меня приключилась беда, все мои волшебные голубые камушки потерялись и только вы мне сможете помочь их найти. Если вы согласны помочь мне, то следуйте по моим голубым стрелкам подсказкам.»***

**1 стрелка.**

Босиком идем к морю по голубой дорожке, на носках, на пятках, с высоким подниманием коленей, семенящий бег на месте.

2 стрелка.

Стрелка показывает на душ. Идём моемся.

3 стрелка.

Идем в бассейн. Заходим в воду и выстраиваемся у борта. Делимся на две команды.
**ОРУ в бассейне (разминка):**
1. И.п. руки на поясе. Дети идут на др. сторону бассейна и обратно, высоко поднимая колени из воды, спина прямая.

2. И.п. руки на поясе. Дети идут на др. сторону бассейна и обратно, доставая пятками до попы, спина прямая.

3. И.п. руки на плечах. Дети прыгают на двух ногах, на др. сторону бассейна и обратно.

4. И.п. Руки в замочке прижаты на голове. Дети бегут кто быстрей на др. сторону бассейна и обратно.

**Ведущий.**
Кто живет с водою дружно,
Для того пилюль не нужно.
Тот и весел и здоров
Без пилюль и докторов.
Очень любим мы купаться,
В теплой речке кувыркаться,
Не боимся глубины,
Будем мы смелы, сильны.
Знают взрослые и дети:
Без воды нельзя на свете,
Нужна вода, чтобы пить,
Чтоб лицо и руки мыть.
Поливать цветы в саду,
Рыбу разводить в пруду —
Значит, всюду и всегда
Людям всем нужна вода.
**Основная часть**
*Появляется Нептун.*
**Ведущий.**Посмотрите, кажется, у нас гость!
**Нептун.** Я — Нептун, морей властитель, Рыб, дельфинов повелитель.
**Ведущий.**

Ты, Нептун, присядь с дороги,
Охладим твои мы ноги.
*(Ставит голубой таз с водой, Нептун опускает в него ноги) .*
А попал ты в детский сад.

Помогать тут каждый рад.
**Нептун.**
Вот спасибо, охладили,
Нептуну вы угодили!
Помощи я буду рад,
Станем верными друзьями!
Просто так сидеть негоже.
В воду прыгайте смелей,
За работу веселей.
**Ведущий.**
Посмотри, Нептун, на нас,
Порезвимся мы сейчас,
Так и манит нас вода.
Эй, ребята, все сюда!
**Нептун. Нравится у вас мне тут, Много цвета голубого .Это мой любимый цвет.** А какая моя любимая игра знаете?

**Дети.** Нет!

**Нептун.** «Море волнуется раз, море волнуется два. ».
**Ведущий.**Ну что, ребята, поиграем с морским царем в его любимую игру?
**Дети.**Да!
**Нептун. Игра эта не простая, волшебная. За каждый выигранный конкурс команда будет получать один потерявшейся голубой камушек. И так вы готовы?**

**Дети. Да!!!**

**Нептун.**Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, фигура морской змеи — замри!
**1.Эстафета «Морская змея»**
**Ведущий.**
Вот плывет змея морская,
Плавно камни огибая.
Вправо, влево, вверх и вниз.
Эй, змея, поторопись!
*Команда выстраивается в колонну по одному, дети кладут руки на плечи впереди стоящего.*
*Задача: преодолеть расстояние до ориентира и обратно как можно быстрее не расцепляя рук.*
**Нептун.**
Я не зря пришел на сушу.
Как порадовали душу!
Все ль с водою вы дружны?
Доказать вы мне должны.

Что ныряете не плохо

И среди морской глуши

Отыскать вы все должны

Только Голубые квадраты.
Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, морская фигура – нырни!
**2. Игра «Ныряльщики»**
**Ведущий.**
Разойдемся в круг по дну
И покажем Нептуну,
Как умеем мы купаться,
И нырять, и кувыркаться.
*Дети ныряют, достают со дна игрушки только голубого цвета.*
*Задача: как можно больше поднять игрушек со дна нужного голубого цвета.*
**Нептун.**Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, фигура осьминога — замри!
**3. Эстафета «Осьминожки»
Ведущий.**
Посмотрите, восемь ног!
Это, дети, осьминог.
Быстро поменял он цвет,
Был он тут — теперь уж нет.
*В эстафете участвуют все дети одновременно. Они встают вокруг обруча и держатся за него одной рукой. «Осьминогу» необходимо быстро пройти дистанцию и вернуться обратно.*

**Нептун.** Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, фигура брызги — замри!

**4. Игра на выносливость «Брызги».**

**Ведущий.** Команды выстраиваются друг против друга на расстоянии полутора- двух шагов, каждый брызгает водой на партнера. Проигрывает тот, кто первый начинает вытирать лицо руками или повернется к партнеру спиной.
**Нептун.**Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, фигура дельфина — замри!
**5. Эстафета «Дельфины» .**
**Ведущий.**
Поплывут сейчас дельфины,
Выгибая гордо спины.
За ними трудно будет гнаться,
Даже если постараться.
*«Дельфину» - необходимо «преодалеть» расстояние до ориентира то, подныривать в обруч, то преодолевает его сверху. Обратно дети плывут кролем на груди кто быстрее. Используем 5 обручей.*
**Заключительная часть**
**Нептун**
Погостил у вас, ребята,
Вам спасибо, дошколята.
За смекалку, за сноровку
Тем, кто так ныряет ловко,
Приготовил я награду,
То-то будете вы рады.

**Нептун.**
А теперь пора прощаться —
В море нужно возвращаться.
Поправляйтесь, закаляйтесь,
Физкультурой занимайтесь.
Дружат с вами пусть всегда
Солнце, воздух и вода.
**Игра «Салют»**
*Дети все вместе поднимают брызги вверх, изображая водяной салют.*
*Нептун уходит, дети выходят из бассейна.*

Переодевшись, дети возвращаются в спортивный зал, где получают голубой спектр радуги и на память небольшие сувениры (морские камушки голубого цвета, каждой команде вручаются дипломы.

Пройдя все этапы, дети в группе складывают из всех собранных цветов -радугу. Вместе танцуют танец – «Радуга желаний». Получают памятные призы.