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.