Государственное учреждение образования

«Дошкольный центр развития ребёнка № 1 г. Светлогорска»

ОПИСАНИЕ ОПЫТА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ФОРМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С РОДИТЕЛЯМИ ВОСПИТАННИКОВ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ В БАССЕЙНЕ»

Курьян Любовь Александровна,

руководитель физического воспитания

8 (029) 608-60-75

1. ***Информационный блок***
   1. **. Название темы опыта**

Формы взаимодействия с родителями воспитанников при организации дополнительных занятий в бассейне.

* 1. **. Актуальность опыта**

Одним из общих требований к организации образовательного процесса в учреждениях дошкольного образования является обеспечение здоровьесберегающего процесса на основе межведомственного взаимодействия [2, с.1].

Целью физической культуры является обеспечение высокого уровня здоровья воспитанников, развитие навыков здорового образа жизни, воспитание физической культуры личности.

В современных условиях организация семейного досуга становится делом образовательного учреждения, чтобы заинтересовать взрослых членов семей проблемами формирования личности детей. Сегодня очевидно, что наиболее успешно ребёнок развивается в двух институтах - семье и учреждении дошкольного образования.

Здоровье дошкольников во много определяется отношением родителей к физическому воспитанию в семье. Отмечается, что низкие физические кондиции детей наблюдаются вследствие низкого образовательного уровня родителей в вопросах использования средств физического воспитания в условиях семьи [8, с.197].

Чтобы взаимодействие семьи и учреждения дошкольного образования было успешным, необходим поиск современной, эффективной формы сотрудничества, позволяющей вовлечь родителей в образовательный процесс, какой является создание детско-родительского клуба.

**1.3. Цель опыта**

Использование форм взаимодействия с родителями воспитанников старшего дошкольного возраста при организации дополнительных занятий в бассейне посредством детско-родительского клуба.

**1.4.Задачи опыта**

1. Объединить усилия учреждения дошкольного образования и семьи в решении вопросов укрепления и сохранения здоровья воспитанников старшего дошкольного возраста.
2. Систематизировать формы взаимодействия с родителями в рамках детско-родительского клуба.
3. Формировать у воспитанников устойчивую положительную мотивацию и осознанное отношение к здоровью как к ведущей ценности жизни.
4. Повысить психолого-педагогическую грамотность законных представителей воспитанников в вопросах формирования основ здорового образа жизни.

**1.5.Длительность работы над опытом**

Работа по данному направлению велась с сентября 2015 по август 2018 года.

1 этап - подготовительный (с сентября 2015 по август 2016 года) была изучена научно-методическая литература. Проведён мониторинг по обеспеченности спортивным инвентарём и оборудованием, а также анкетирование с родителями на начало и конец учебного года. С сентября 2016 по май 2017 разрабатывался перспективный план, сочетающий различные формы взаимодействия родителей с воспитанниками в рамках детско-родительского клуба.

2 этап – основной (сентябрь2017- май 2018 года).

3 этап – аналитико-диагностирующий (июнь август 2018 года).

1. **Описание технологии опыта**

**2.1. Ведущая идея опыта**

Одной из главных задач учебной программы дошкольного образования для детей старшего дошкольного возраста в разделе «Физическая культура» является расширение диапазона адаптационных возможностей функциональных систем организма (опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, нервной, дыхательной) в процессе увеличения объёма, интенсивности и разнообразия физических нагрузок [1,с.258].

Купание, игры и развлечения на воде, плавание - прекрасный источник закаливания и укрепления здоровья детей. Кратковременные мышечные нагрузки, соответствующие физическим возможностям детей, чередуясь с частым отдыхом, оказывают положительное влияние на развитие сердечно- сосудистой системы. При выполнении плавательных движений дыхание становится глубоким. А глубокое дыхание является мощным профилактическим средством, предупреждающим заболевания дыхательных путей. Плавательные движения способствуют формированию правильной осанки, предупреждают развитие плоскостопия [3, с. 54].

В.А. Шишкина считает, что успехов в укреплении здоровья детей, их полноценного физического и общего развития можно достичь только совместными усилиями учреждения дошкольного образования и семьи. Лучшими формами (по её мнению), сотрудничества по вопросам двигательного развития детей являются совместные физкультурные мероприятия: физкультурные досуги, праздники, дни здоровья, туристические походы [10, с.77-78].

Следует отметить, что вопросы, связанные с необходимостью непосредственного сотрудничества педагогов с родителями, освещены ещё в трудах П.Ф. Лесгафта. На первых оздоровительных детских площадках в Санкт-Петербурге работа строилась таким образом, что не только от педагогов, но и от родителей требовалось уважение к ребёнку, глубокое изучение его физических и психологических особенностей. В результате было установлено, что совместные усилия семьи и педагогов приводят к улучшению здоровья и физического развития детей [9,с.197-198].

К сожалению, родители не всегда обладают достаточными знаниями и умениями для занятий с детьми, чтобы обеспечить ребёнку нормальное развитие и, испытывают трудности, обусловленные следующими причинами: незнанием возрастных особенностей и неумением учитывать индивидуальные; недостаточным владением двигательными умениями; неумением выполнять задания в условиях игровой деятельности.

Поэтому вся система физического воспитания должна складываться из единства подходов к здоровью детей работников учреждения дошкольного образования и родителей.

Кошман М.Г. и Гуцко Н.В. констатируют, что эффективные формы работы с родителями – это совместные физкультурные мероприятия, праздники, дни здоровья, дни открытых дверей, где родители имеют возможность присутствовать на утренней гимнастике, физкультурном занятии, занятии в бассейне, могут наблюдать за организацией сна, закаливающих мероприятий. Такой формой также являются домашние задания, которые могут повысить двигательную активность детей. Выступления руководителя физического воспитания на родительских собраниях, подготовка информации, рекомендаций для родителей в родительских уголках в области физкультурно-оздоровительной работы и пропаганды здорового образа жизни являются также важными факторами при взаимодействии с родителями [8, с.31].

**2.2. Описание сути опыта**

Практика образовательного процесса показывает, что качественно реализовать подходы к укреплению и сохранению здоровья воспитанников можно только при тесном взаимодействии с родителями. Важным условием реализации взаимодействия с семьями воспитанников является поиск и использование в практике эффективных форм, которые бы могли обеспечить продуктивную деятельность по вопросам укрепления и сохранения здоровья воспитанников. Педагог по роду своей деятельности стремится сделать для воспитанников всё от него зависящее. Но первоочередная, значимая роль в развитии ребёнка принадлежит семье. Проанализировав научно-методическую литературу по вопросам взаимодействия учреждения дошкольного образования с семьёй, где описано много родительских объединений, был сделан вывод о том, что организация клубной деятельности – это наиболее перспективное и результативное направление. Так возникла идея создания детско-родительского клуба «Здоровые с детства» (далее клуб).

Клуб – это форма общения воспитанников, родителей и педагогов. Цель – установление сотрудничества, преемственности и согласованности учреждения дошкольного образования и семьи в вопросах укрепления и сохранения здоровья воспитанников. Это касается и физического воспитания, и формирования основ здорового образа жизни, и бережного отношения к своему здоровью.

Оптимальному распределению ресурсов для достижения поставленной цели, определению эффективных путей её достижения способствовали следующие этапы работы по организации работы клуба:

*Диагностический этап (август):* определение состояния здоровья воспитанников на начало проводимой работы, изучение компетенции родителей в вопросах укрепления и сохранения здоровья воспитанников, формирования у воспитанников основ здорового образа жизни и бережного отношения к своему здоровью, приобщении к физической культуре (плаванию), анализ запросов и потребностей родителей;

*Подготовительный (сентябрь):* выбор форм взаимодействия, планирование работы клуба, подготовка родителей к совместному сотрудничеству;

*Основной этап (октябрь – апрель):* организация работы клуба;

*Аналитический этап (май-июль):* осмысление, осознание, анализ того опыта, который получили все участники клуба по определению степени удовлетворённости качеством работы клуба.

Начальным этапом организации работы клуба стал проведенный опрос родителей старших воспитанников, который позволил изучить их отношение к здоровью, к здоровому образу жизни, к плаванию. Анализ ответов показал, что 100% родителей признают необходимость и важность приобщения детей к здоровому образу жизни и физической культуре (плаванию), однако только 57% родителей занимаются физической культурой и спортом, 48% предпочитают в выходные дни активный отдых, 90% родителей умеют плавать и 100% родителей считают, что детей нужно обучить плаванию, 71% родителей считает, что плавание является эффективным закаливающим средством в оздоровлении ребёнка (Приложение 1). На основании этого, выбор форм и методов организации работы клуба строился на основе индивидуального подхода к каждому ребенку и семье с учетом их интересов и способностей. Были отобраны такие формы, которые бы обеспечили, наряду с просветительской работой, обучение конкретным приемам, методам оздоровления и приобщения к физической культуре (плаванию), что и стало основой для перспективного планирования (Приложение 2)

С целью погружения родителей в содержание физкультурно-оздоровительной работы учреждения по плаванию на первых заседаниях клуба презентовались разные формы работы с детьми по плаванию, возможности использования физкультурного оборудования. Каждое занятие состояло из двух частей: теоретической, в ходе которой предоставлялась информация для повышения родительской компетентности по вопросам укрепления и сохранения здоровья воспитанников, умению взаимодействовать со своим ребёнком в ходе игровой деятельности (беседы, консультации, виртуальные экскурсии, встречи с участием спортсменов и прочее); практической, когда организовывались разные формы совместной деятельности родителей и детей (игровое занятие, соревнования, упражнения на суше в паре, досуги и развлечения). В рамках работы клуба основное место отводилось совместным мероприятиям, которые сближали родителей и детей, позволяли ощутить радость от совместной двигательной деятельности и установить эмоциональный контакт.

На заседаниях клуба в процессе выполнения физических упражнений на суше в паре, они ощущали себя партнером для своего ребенка, личным тренером, помогая освоить физические упражнения.

На очередном заседании использовалась фотосессия «Пловцы – молодцы!», фотосессия детей, выполняющих различные физические упражнения на суше и в воде, просмотр которых вызвал большой интерес у родителей и воспитанников, и открыл для некоторых из них новые стороны личности и возможности их детей.

Повысить и обогатить умения родителей, поддержать их уверенность в собственных возможностях стало возможно в ходе заседания, в рамках которого врач педиатр Карпейкина Т.М. проконсультировала о закаливании детского организма, о допустимых физических нагрузках. А родители поделились опытом семейного воспитания об организации и проведении активных выходных, занятиях физической культурой. Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательного общения способствовали созданию благоприятного психологического климата в коллективе клуба.

Виртуальные экскурсии, которые были одной из составных частей занятий, вызвали безграничный познавательный интерес у воспитанников и их родителей. Виртуальная экскурсия отличается от реальной экскурсии виртуальным отображением реальных объектов, таких как Дворец водного спорта, Аквапарк. Были использованы такие преимущества виртуальной экскурсии - доступность, возможность повторного просмотра. В качестве подготовительной работы в образовательном процессе с воспитанниками использовалось учебное издание из серии «Страницы родной земли. Твоя столица: стадионы и спортплощадки Минска» Гореловой Л.А.[5,с.3-23]. Благодаря виртуальным экскурсиям реализовывался принцип наглядности обучения, укреплялась связь с социальной действительностью, расширялся кругозор, как детей, так и их родителей. Такие виртуальные формы работы предоставляют возможность увидеть недоступный материал по территориальному расположению.

Наблюдая за родителями и воспитанниками, их изменениями по отношению к плаванию и здоровому образу жизни, стало понятным, что семья во многом определяет отношение ребёнка к физической культуре, плаванию и здоровому образу жизни. Для родителей и детей, посещающих клуб, организовывались разнообразные семейные праздники, досуги «В поисках сокровищ Старого пирата» (Приложение 3), «Вода – наш лучший друг!» (Приложение 4), спортивный праздник «Мы сегодня – моряки!», посвященный Дню Защитника Отечества. Такие праздники на воде создают условия для творческого проявления умений детей в весёлых играх и соревнованиях, для укрепления дружеских взаимоотношений в детском коллективе. Участие в праздниках объединяет детей и родителей общими радостными переживаниями, приносит большое эмоциональное и эстетическое удовлетворение, помогает детям глубже осознать значение систематических упражнений в плавании для достижения желаемых результатов, побуждает интерес к регулярным занятиям. Праздники на воде - эффективная форма активного отдыха, источник радости, веселья и красоты.

В процессе работы клуба было организовано сотрудничество с государственным учреждением образования «Детско-юношеская спортивная школа № 2 г. Светлогорска», государственным учреждением образования «Средняя школа № 12», которое позволило воспитанникам и их родителям в дальнейшем закреплять свои умения и навыки по плаванию и достигать положительных результатов. Экскурсии-презентации вызывали массу положительных эмоций, как у воспитанников, так и у их родителей. Также гостями и участниками мероприятий становились бывшие воспитанники нашего учреждения дошкольного образования, добившиеся успехов в таком виде спорта как плавание. Активное включение в образовательный процесс объектов социального окружения позволило расширить используемые формы физкультурно- оздоровительной работы по плаванию способствовали формированию одной семьи единомышленников: воспитанников, педагогов, родителей.

**2.3. Результативность и эффективность опыта**

Итоговый опрос родителей старших дошкольников позволил проследить динамику изменения отношения родителей к вопросам соблюдения требований здорового образа жизни: благодаря разнообразным формам взаимодействия с родителями увеличился процент родителей занимающихся физической культурой и спортом (81% - (+24%), 62% (+14%) предпочитают в выходные дни активный отдых, и 100% (+29%) родителей считают, что плавание является эффективным закаливающим средством в оздоровлении ребёнка (Приложение 1). Положительная динамика прослеживается в количестве участников клуба: на начало 2016/2017 учебного года11 семей являлись участниками клуба, на начало 2017/2018 учебного года – 14 семей активно участвуют в мероприятиях клуба. Использование таких форм работы детско-родительского клуба с родителями сыграло важную роль в повышении психолого-педагогической грамотности законных представителей воспитанников в вопросах формирования основ здорового образа жизни, сохранении и укреплении их здоровья посредством плавания.

У воспитанников сформировалась устойчивая положительная мотивация и осознанное отношение к здоровью как к ведущей ценности жизни.

По словам родителей, полученные умения и навыки воспитанников по плаванию делают их отдых с детьми активным и разнообразным; увеличилось число семей, которые целенаправленно стали заниматься физической культурой дома, посещать городской бассейн со своим ребёнком; родители освоили упражнения, позволяющие совершенствовать необходимые для плавания навыки детей в домашних условиях. Снизился уровень простудных заболеваний детей, и сократилось число пропусков по болезни, например в 2016 году пропущено по болезни одним ребенком 9,6 дня, в 2017 – 7,9 дней, за 6 месяцев 2018 года – 3,5 дней.

Работа детско-родительского клуба «Здоровые с детства», созданного на доверии и взаимном уважении, привела к достижению поставленной цели – использование разнообразных форм взаимодействия с родителями воспитанников старшего дошкольного возраста при организации дополнительных занятий в бассейне посредством детско-родительского клуба.

Подводя итог, можно сделать вывод о том, что привычка ребёнка к регулярным занятиям плаванием с целью укрепления здоровья или активного отдыха в дальнейшей жизни – самый важный итог работы.

1. **Заключение**

**3.1. Рекомендации по использованию педагогического опыта в деятельности других педагогов, возможности его применения в массовой практике.**

Данный опыт могут использовать руководители физического воспитания (по плаванию) в работе с детьми старшего дошкольного возраста.

**3.2. Перспектива дальнейшего совершенствования данного опыта и своей профессиональной практики.**

В перспективе предполагается расширить работу детско-родительского клуба «Здоровые с детства» с привлечением родителей воспитанников вторых младших и средних групп.

**Литература:**

1. Учебная программа дошкольного образования.- Минск: НИО, 2012.

2. Инструктивно-методическое письмо Министерства образования Республики Беларусь к 2018/2019 учебному году.- 19с.

3. Адашкявичене, Э.Й. Спортивные игры и упражнения в Детском саду: Книга для воспитателей детского сада.- Москва: Просвещение, 1992-159с.

4.Власенко, Н.Э. Комплексы общеразвивающих упражнений для детей среднего и старшего дошкольного возраста: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования. – Мозырь: Белый Ветер, 2010- 183 с.

5.Горелова, Л.А. Твоя столица: стадионы и спортплощадки Минска (от 5 до 7 лет): учеб. нагляд. пособие для педагогов учреждений дошкольного образования с рус. яз. обучения / Л.А. Горелова. – Минск: Народная асвета, 2016. – 24с.

6. Журнал «Инструктор по физкультуре», №7/2015.

7. Казина, О.Б. Физическая культура в детском саду. Конспекты занятий, праздников и развлечений./ О.Б.Казина- Ярославль; ООО «Академия развития», 2011.-320с.

8. Кошман, М.Г., Гуцко, Н.В. Дети и здоровье. Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду- 2-е издание- Мозырь: Содействие, 2008.- 264с.

9. Филиппова, С.О. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения: Методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений / Под ред. С.О. Филипповой, - СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005. - 416с.

10. Шишкина В.А., Двигательное развитие дошкольника; пособие для педагогов учреждений дошкольного образования.- Мозырь: Белый ветер, 2014.-133с.

Приложение 1

Протокол анкетирования родителей

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Наименование вопроса | Результат (%) | |
| август 2017 | май 2018 |
|  | Признаёте ли Вы необходимость и важность приобщения детей к здоровому образу жизни и физической культуре (плаванию)? | | |
| * да | 100 | 100 |
| * нет | 0 | 0 |
|  | Занимаетесь ли Вы физической культурой и спортом? | | |
| * да | 57 | 81 |
| * нет | 43 | 19 |
|  | Предпочитаете ли Вы в выходные дни активный отдых? | | |
| * да | 48 | 62 |
| * нет | 52 | 38 |
|  | Умеете ли Вы плавать? | | |
| * да | 90 | 90 |
| * нет | 10 | 10 |
|  | Нужно ли ребёнка обучать плаванию? | | |
| * да | 100 | 100 |
| * нет | 0 | 0 |
|  | Как Вы считаете, является ли плавание эффективным закаливающим средством? | | |
| * да | 71 | 100 |
| * нет | 29 | 0 |

Приложение 2

Перспективный план работы

детско-родительского клуба «Здоровые с детства»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Форма взаимодействия с родителями | Месяц |
| 1. | Анкетирование.  Экскурсия в городской бассейн. | Сентябрь |
| 2. | День открытых дверей.  Выполнение упражнений на суше в парах, на фитболах. | Октябрь |
| 3. | Презентация для родителей «О значении плавания в жизни ребёнка».  Фотосессия «Пловцы – молодцы!». | Ноябрь |
| 4. | Встреча с врачом-педиатром Карпейкиной Т.М.  Демонстрация семейного опыта.  Спортивный праздник «Вода – наш лучший друг!». | Декабрь |
| 5. | Виртуальные экскурсии в аквапарк, Минск – арена, Дворец спорта.  Упражнения для профилактики плоскостопия, нарушения осанки. | Январь |
| 6. | Совместный праздник с папами «Мы сегодня - моряки». | Февраль |
| 7. | Посещение школьного бассейна.  Встречи со спортсменами- пловцами (выпускниками учреждения), мастер-класс. | Март |
| 8. | Совместный досуг «В поисках сокровища Старого Пирата».  Оформление фотовыставки «Я - плыву!» | Апрель |
| 9. | Подведение итогов работы клуба. | Май |

Приложение 3

Детско-родительский досуг «В поисках сокровищ Старого Пирата»

Цели:

-пропаганда здорового образа жизни;

-закрепление и совершенствование приобретённых умений и навыков;

-формирование творческого союза «родитель - ребёнок»;

-создание положительного эмоционального фона и получение детьми и взрослыми удовлетворение в совместной деятельности.

Задачи:

-совершенствовать знания и умения, полученные на занятиях по физкультуре и плаванию;

-развивать выносливость и силу детей во время выполнения упражнений;

-повышать работоспособность организма;

-осуществлять закаливание;

-воспитывать самостоятельность, смелость, доброжелательность, умение действовать в коллективе.

Оборудование:

Мягкие модули, муляжи деревьев, тоннель, ориентиры; большие пластиковые корабли, вёсла, круги-лодочки (по2 штуки); нудлы, мяч, небольшой сундучок, разноцветные камешки- стекляшки для аквариума. Место проведения: физкультурный зал, бассейн дошкольного учреждения.

Предварительная работа:

Утром, в день досуга дети, придя на занятие по плаванию, обнаруживают в бассейне плавающую бутылку с запиской внутри. Откупорив её, они находят, и руководитель физвоспитания читает послание Старого Пирата, в котором он жалуется, что какие-то злодеи похитили его сокровища и очень просит помочь ему найти и вернуть своё богатство. Инструктор по плаванию обсуждает с детьми эту ситуацию, вместе они решают помочь Старому Пирату. Инструктор напоминает детям, что вечером на праздник придут родители, которые, конечно же помогут в этом нелёгком деле.

Участники досуга: родители и дети.

Действующие лица

Леший- инструктор по физкультуре.

Старый Пират- инструктор по физкультуре (плаванию).

Чертенята- двое детей.

Ход досуга.

Досуг начинается в спортивном зале.

Под аудиозапись песни «Если с другом вышел в путь» (муз. В.Шаинского, сл. М.Танича) взрослые и дети, одетые в спортивную форму, входят в физкультурный зал и выстраиваются по периметру.

Ведущий. Здравствуйте, ребята, здравствуйте, родители! Мы пригласили вас сегодня поучаствовать в состязаниях семейных команд, но утром в нашем детском саду произошло одно событие, которое поменяло все планы. В наш бассейн каким-то чудом заплыла бутылка с посланием. Мы с ребятами её выловили и обнаружили внутри записку, в которой Старый Пират просит о помощи: у него кто-то похитил все его сокровища. Нам стало очень жалко Пирата, мы решили ему помочь и отправиться на поиски сокровищ, правда, ребята?

Дети.Да!

Ведущий. А трудностей и опасностей не испугаетесь?

Дети. Нет!

Ведущий. А родители нам помогут в этом нелёгком деле?

Родители. Конечно, поможем!

Ведущий. Ну что же, тогда в путь! А ну-ка, ребята, все за мной!

Идём широкой дорогой *( дети идут, широко расставляя ноги),* теперь по узкой тропинке *(идут, ставя ноги близко друг к другу),* перешагиваем через камни, попадающиеся на пути *(высоко поднимая бедро),* пробираемся сквозь заросли крапивы *(ходьба на носках, руки вверх),* перебираемся через речку *(поднимаются на вторую перекладину гимнастической стенки, перебирая руками и переступая ногами, проходят через всю стенку)* и наконец выходим к лесу *( входят в музыкальный зал, где к тому времени расставлены муляжи деревьев).*

В лесу их встречает Леший.

Леший. Кто это в моё лесное царство пожаловал? Здрасьте!

Дети здороваются с Лешим.

Ведущий. Здравствуй, Леший. Не ругайся, что мы твой покой нарушаем. Мы с ребятами и их родителями ищем сокровища Старого Пирата. Только вот куда идти дальше, мы не знаем, да и как самого Старого Пирата найти тоже. Может, ты нам в этом поможешь?

Леший. Может. И помогу, а может, и нет, всё от вас зависит. Справитесь со всеми моими заданиями, преодолеете все препятствия, тогда другое дело. Готовы к трудностям?

Дети с родителями (вместе). Да!

Ну ладно. Для начала предлагаю всем размяться. Я не просто Леший, сейчас включу музыку, а вы повторяйте все движения за мной.

Проводится весёлая разминка под музыку «Солнышко лучистое» (3-5 минут).

Ну что, устали? Тогда сядьте, отдохните, а мы пока посмотрим, как родители умеют взаимодействовать со своими детьми.

Эстафеты

«Всегда вместе»

1.Бег с родителем в обруче до ориентира и обратно.

2.Участвуют несколько пар родитель - ребёнок. Ребёнок принимает исходное положение - упор лёжа. Родитель берёт ребёнка за ноги, приподнимает их, ребёнок переступает при помощи рук (тележка), так они передвигаются от линии старта до ориентира. Назад возвращаются бегом, взявшись за руку.

Леший. Ну что ж, молодцы, вижу, вы умеете действовать сообща, а это уже половина успеха. А у меня для вас новое испытание! Сейчас проверим, какие вы ловкие.

Эстафета

«Переправа через болото»

Первая часть эстафеты - «болото». Преодолеть его можно, перескакивая с «кочки» на «кочку» (два круглых плоских мягких модуля). На одном модуле ребёнок стоит, другой кладёт перед собой и переходит на него, поднимает первый модуль, снова кладёт перед собой, и т.д. Таким образом, ребёнок добирается до ориентира, оставляет около него «кочки» и огибает дерево. Назад нужно добраться, пролезая внутрь «лисьей норы» - тоннеля. Когда ребёнок добирается до финиша, стартует родитель в обратной последовательности (сначала «нора», потом «болото»). Далее участвует ребёнок из другой семьи, его родитель и т.д.

Леший. Ну что, путешественники, вы все мои задания выполнили, можете двигаться дальше.

Ведущий. Постой, Леший, а куда дальше? Мы ведь не знаем дороги! Подскажи, куда нам идти?

Леший. А подсказку ещё заслужить надо, придётся вам мои загадки отгадать. Готовы слушать?

Дети. Да! Готовы!

Леший.

Богатырь стоит богат,

Угощает всех ребят:

Ваню - земляникой,

Таню - костяникой.

Машеньку - орешком,

Петю - сыроежкой,

Катеньку - малиной,

А Васю - хворостиной.

(Лес).

А вот загадки для взрослых.

У какого дерева не растут сучья? (У сухого).

Под каким кустом сидит заяц, когда идёт дождь? (Под мокрым).

Ну и последняя загадка для всех.

На привале нам помог:

Суп варил, картошку пёк.

Для похода хорошо,

Но с собой не понесёшь.

(Костёр).

И откуда вы только всё знаете? Такие сложные загадки отгадали. Что ж придётся отдавать подсказку, обещал же. Только вот до неё ещё добраться нужно. Вот она, смотрите, попробуйте её достать.

Подсказка довольно высоко висит на нитке, спускающейся с потолка. Достать её не может ни ребёнок, ни взрослый. Это удастся, только если взрослый вертикально поднимет ребёнка и тот дотянется руками.

Родители с детьми пробуют разные способы, наконец, им удаётся снять записку, в ней написано:

«Дальше ваша дорога идёт к морю. Двигайтесь по стрелкам, они укажут вам путь».

Семьи - участники выходят из леса - музыкального зала и видят стрелки, наклеенные на полу, которые приводят их в бассейн. Родители переодевают детей и вместе выходят на воду, где их встречает грустный Старый Пират.

Старый Пират. Здравствуйте, дорогие гости, я рад вас видеть! Неужели вы выловили мою бутылку и прибыли мне на помощь?

Дети. Да!

Старый Пират. Спасибо, ребята. Надеюсь, у

вас получится вернуть мне драгоценности. А вы плавать и нырять умеете?

Нам сейчас это пригодится.

Дети. Умеем!

Старый Пират. Смотрите, перед нами быстрая речка. Сейчас мы попробуем переправиться через неё при помощи лодочек.

Эстафета на воде «Быстрая лодочка»

Ребёнок в руках держит большой пластиковый корабль. Передвигается вперёд, работая ногами как при кроле на груди. Нужно проплыть бассейн туда и обратно.

Старый Пират. Ребята, как вы быстро плаваете, будто рыбки. Но вы, наверное, устали, а нам нужно двигаться дальше. Ничего, родители нам сейчас помогут.

Совместная эстафета «Буксир»

Родители спускаются в чашу. У каждого в руках гимнастическая палка. Ребёнок берётся руками за палку. На сигнал родители везут на буксире ребёнка туда и обратно. Ребёнок не работает ногами, задерживая дыхание, опускает голову.

Под аудиозапись песни «Говорят, мы бяки- буки» (муз. Ген. Гладкова,сл. Ю.Энтина) появляются чертенята. У одного из них ппод мышкой сундучок с драгоценностями.

1-й чертёнок. Это кого принесло в наши владения? Чего вам тут надо и почему вас тут так много?

Старый Пират. Так вот же у них мой сундучок с сокровищами. Отдайте, это же не ваше!

2-й чертёнок. Что значит, не наше? Было ваше, стало наше. Не отдадим!

Старый Пират. Даже маленькие дети знают, что брать чужое нельзя. Отдавайте!

1-й чертёнок. Ладно, давайте устроим соревнования. Если победите, так и быть, отдадим сокровища. У нас есть любимая игра «Водный хоккей», вот в неё и сыграем. Сумеете забить нам гол, ваша взяла, а если нет, забудьте про свой сундучок. Каждый участник получает нудл, в воду бросают мяч. Родители и дети находятся вдоль одного из длинных бортов бассейна, соперники напротив- вдоль другого. Короткие торцевые бортики становятся воротами. Задача: при помощи нудлов закатить мяч в ворота противника.

В упорной борьбе побеждают родители и дети.

2-й чертёнок. Ну что, ваша взяла, победили вы нас. Раз я обещал, забирайте ваши драгоценности. *(Поднимает сундук и вытряхивает из него все камешки в воду.)* Если они вам так нужны, ныряйте и доставайте их со дна морского. А мы пошли.

Чертенята уходят.

Дети ныряют, достают со дна бассейна камешки и отдают их Пирату. Тот благодарит детей и взрослых за помощь и вручает всем в награду небольшие сувениры.

Дети и взрослые прощаются со Старым Пиратом и под музыку покидают бассейн.

Приложение 4

Праздник на воде «Вода – наш лучший друг!»

для воспитанников старшей группы

Цель: ознакомление педагогов с активными формами работы с родителями по укреплению здоровья воспитанников.

Дата проведения:

Место проведения: бассейн

Задачи: повышать общую выносливость организма; укреплять физическое и психическое здоровье детей; улучшать функциональное состояние системы внешнего дыхания и вестибулярного аппарата; формировать основы здорового образа жизни, потребность заниматься физкультурой и спортом; создать условия для творческого проявления физических качеств, плавательных умений и навыков; способствовать воспитанию целеустремленности, настойчивости, находчивости, смелости, решительности; приучать активно участвовать в празднике, используя умения и навыки, полученные на занятиях; воспитывать у детей чувство гордости, от участия родителей; создать атмосферу дружелюбия, радости, положительного эмоционального настроения.

Материалы и оборудование: обручи, мячи, шары, лотки, корзины, плавательные доски, коврики, тонущие игрушки, морские камни, предметы для дыхания, костюм Пирата.

Ход мероприятия

*Под звуки марша в бассейн входят родители и дети.*

Руководитель физического воспитания. Дорогие ребята! Уважаемые родители! Уважаемые гости! Мы рады встрече с Вами в нашем маленьком Дворце спорта! А Вы плавать любите?

Вид спорта есть в мире.

Известен он всем вам,

Он кажется прост,

Но это обман.

И тот, кто вам скажет,

Что плавать легко,

Поверьте, не знает совсем, ничего.

Ребенок. Рано утром на зарядку

Выбегает вся семья:

Дед и бабушка, и мама,

Папа, дочка, сыновья.

И всегда на стадионе.

Мы проводим вечера: Кто пловец, а кто мечтатель,

А кого влечет игра.

Родитель. 1. Не пропустим воскресенья –

Все идем на стадион,

Нет ни у кого сомнения:

Каждый в спорт у нас влюблен!

2. Если б было бы побольше

Внуков, братьев и сестер,

Мы б на играх Олимпийских

Повели командный спор!

Руководитель физического воспитания. Кто из вас ребята знает,

Что закалке помогает

И полезны нам всегда?

Дети. Солнце, воздух и вода!

*Под музыку входит Пират.*

Руководитель физического воспитания. Ребята, что за гость к нам пожаловал? Да это Пират!

Пират. Вы почему наш бассейн заняли? Мы спрятали тут драгоценности!

Руководитель физического воспитания. Вот мы и поможем вам их найти!

Пират. Да вы такие маленькие и слабенькие! Куда вам!

Руководитель физического воспитания. А мы тебе сейчас докажем, как наши дети могут плавать и нырять!

Пират. На дне я спрятал ключ, если вы его найдете, тогда я поверю, что вы нырять умеете.

Руководитель физического воспитания. Ты, Пират посиди, да поучись у ребят и их родителей.

Прежде чем начать играть,

Нужно мышцы нам размять!

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Части занятия | Содержание | Дозиров-ка | ОМУ |
| Подготовительная  (на суше) | I. Построение  **ОРУ в паре (родитель + ребенок)**  **1.** «Большие, маленькие»  И. п.: стойка лицом друг к другу, взявшись за руки  1-2 - руки через стороны вверх, подняться на носки;  3-4 - и. п.  **2.** «Сопротивление»  И. п.: стойка лицом друг другу, ноги врозь, руки вперед, ладони касаются.  Поочередно сгибать- разгибать руки с сопротивлением.  **3.** «Качели»  И. п.: стойка лицом друг к другу, носки упираются, держаться за руки  1- 2 - ребенок приседает;  3-4 - и. п.  **4.** И. п.: стойка спиной друг к другу, держаться за руки.  1-2- выпад правой ногой, руки назад;  3-4- и. п.;  5-8- то же с левой ноги.  **5.** И. п.: ребенок ложится на спину, руки скрестно на груди, взрослый упор присев, руки на голеностопах ребенка.  1-2 – сесть;  3-4 – и. п.  **6**. «Рыбка»  И. п.: ребенок лежит на животе, руки за спину, взрослый в приседе удерживает за голени.  1-2 – приподнять голову, прогнуться;  3-4 – и. п.  **7.** «Гребля»  И. п.: сед друг к другу лицом, стопы упираются, держаться за руки.  1-2 – взрослый тянет ребенка за руки на себя;  3-4 – ребенок то же.  **8.** «Попрыгунчики»  И. п.: взрослый упор сидя сзади, ноги вместе, ребенок - узкая стойка, руки на поясе. Прыжки через ноги взрослого. | 6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз | На коврике  Под музыкальное сопровождение  Спину держать прямо  С усилением, ноги с места не сдвигать  Ноги с места не сдвигать  Вплотную  Ногу с места не сдвигать  Без рывков касаться пола лопатками  По возможной амплитуде  Без рывков |
| Основная  (в воде) | Игровые упражнения: «Капусту рубим, мнем» (ребром ладони, делать брызги) «У кого больше пузырей?» (многократные выдохи в воду с погружением головы)  «Стрела» (скольжение на груди от бортика к бортику)  «Быстрые катера» (скольжение на груди с работой ног, руки вытянуть в стрелу)  «Собери улов для мамы» (со дна бассейна)  Дети находят ключ на дне бассейна, отдают Пирату, под аплодисменты Пират уходит.  «Устали, отдыхаем» (свободное лежание на спине)  «Чей кораблик, быстрее доплывет до мамы» (дыхательные упражнения с предметом)  «Дельфины играют с обручем» (скольжение на груди в обруч)  «Кто соберет больше шаров для мамы» (плавающие, разноцветные шары)  П/и «Охотники и утки»  Упражнение «Морская звезда», «Поплавок».  Р. ф. в. Ну ребята молодцы,  Потрудились от души!  Родитель. У нас ребята ловкие,  Гордимся их сноровкой!  Бегают и прыгают,  Ныряют и плывут.  Крепкими растут! | 2 раза  По 1 разу | Родители стоят  возле бортика напротив детей  Продолжительный выдох в воду  Погружаться в воду с головой  Родители дают детям «одеяло»,  доски  Глубокий вдох выдох на предмет  Родители держат обручи  Родители держат лотки  Родители выбивают мячом |
| Заключительная  (в воде) | Игра «Паровоз» - Звучит песенка «Паровоз»  Р. ф. в. Загудел паровоз  И вагончики повез.  Веселые вагончики  По рельсам идут,  Веселых ребяток  Вагончики везут.  Выход из воды. | 2 мин | Родитель машинист заходит в воду  Круги надувные использовать для вагончика  Дисциплина  Дети подходят к родителям |