

<p><b>«А сейчас мы с вами дети улетаем на ракете »</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Развивать умение передвигаться на носках. Помочь детям почувствовать сопротивлением воды. Способствовать развитию координации движений, ловкости.</p> <p><b>Описание игры:</b></p> <p><i>А сейчас мы с вами дети, Улетаем на ракете. На носки поднимись, ( стойка на носках руки вверх) А потом руки вниз. Раз, два, три, - Ты ракета ввысь лети.</i></p> <p>Дети отталкиваются от бортика и скользят по воде.</p>	<p><b>«Аист»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Развивать умение передвигаться в соответствии с текстом. Воспитывать быстроту реакции на сигнал; способность ориентироваться в воде.</p> <p><b>Описание игры:</b> Дети идут вдоль бортика все вместе говорят:</p> <p><i>- Аист, аист длинноногий, Покажи домой дорогу.</i></p> <p>Аист отвечает:</p> <p><i>- Топай правою ногой, топай левою ногой, Снова правою ногой, снова левою ногой. После правою ногой, после левою ногой. И тогда придешь домой.</i></p>
<p><b>Правила игры:</b></p>	<p><b>Правила игры:</b> Спину держать прямо.</p>
<p><b>Примечание:</b> Спина прямая руки на пояссе. Дети плавно и медленно поднимают то правую, то левую ногу, согнутую в колене, а так же плавно опускают.</p> <p><b>Литература:</b> В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников. Стр.7</p>	<p><b>Примечание:</b> Спина прямая руки на пояссе. Дети плавно и медленно поднимают то правую, то левую ногу, согнутую в колене, а так же плавно опускают.</p> <p><b>Литература:</b> В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников. Стр.7</p>

<p style="text-align: center;"><b>«Буксир»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> освоение безопорного горизонтального положения .</p>	<p style="text-align: center;"><b>«Белые медведи»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Развивать глазодвигательную координацию, быстроту и точность выполнения задания. Воспитывать ловкость, увертливость.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Играющие распределяются по парам. Первые в парах принимают безопорное положение на груди, а второй удерживает их за руки и продвигаются спиной вперед – «Буксируют». Выигрывает тот, кто первым достигает установленного ориентира. Затем играющие меняются ролями. По команде или после достижения условной отметки вторые отпускают руки, чтобы первые скользили в безопорном положении.</p>	<p><b>Описание игры</b> В углу бассейна обозначается небольшой участок- льдина, на которой находятся водящие — "два медведя". Остальные игроки "тюлени", они размещаются в воде (глубина по колено). Медведи выходят на охоту, взявшись за руки, и ловят «тюленей», стараясь захватить их в кольцо. Пойманного игрока ведут на «льдину». Затем продолжают ловить игроков. Каждые два пойманных «тюленя» становятся новыми "медведями" и тоже выходят на охоту.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Выигрывает тот, кто первым достигает установленного ориентира.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Если водящие размыкают руки, они считаются проигравшими и выходят из игры.</p>
<p><b>Примечание:</b> Можно использовать пластмассовую палочку, за которую держится «буксируемый».</p>	<p><b>Примечание:</b> «Медведи» не могут хватать убегающих за руки , а могут только захватывать в кольцо.</p>
<p><b>Литература:</b> В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 133</p>	<p><b>Литература:</b> Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей.М.,1986 Стр.148</p>

<p style="text-align: center;"><b>«Водолазы»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> освоение безопорного положения, открывание глаз и развитие ориентировки в воде.</p>	<p style="text-align: center;"><b>«Винт»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> освоение и совершенствование безопорного положения, развитие ориентировки в воде.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Может быть командной и некомандной. В первом случае играющие делятся на две команды с равным числом участников. Предварительно на дне разбрасывают разноцветные камешки или другие мелкие, но хорошо заметные предметы. По сигналу дети ныряют и достают эти предметы со дна. Побеждает та команда, участники которой в установленное время достали больше камешков. Игру можно усложнить, разбрасывая на дне пластмассовые тарелочки, буквы, цифры, плоские предметы, которые труднее ухватить.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Во время скольжения выполнять повороты на бок, переворот на спину, перевороты на 360°, многократные безостановочные перевороты. Побеждает тот, кто выполнит больше переворотов и при этом проскользит дальше всех.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Во время ныряний нельзя мешать друг другу, отнимать предметы, приталкивать друг друга</p>	<p><b>Правила игры:</b> Во время переворотов руки и ноги не разводить.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктору следует внимательно следить за действиями играющих. Очень интересен вариант индивидуальной игры. В этом случае играющие дети располагаются спиной к воде и по команде каждый должен найти «свою» игрушку. Следует учитывать подготовленность детей.</p>	<p><b>Примечание:</b> Победителя определяет педагог.</p>
<p><b>Литература:</b> В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 134</p>	<p><b>Литература:</b> Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 146</p>

<p><b>«Великаны и гномы»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> снижение физической нагрузки, т. е. постепенный переход от возбужденного состояния к более спокойному, развивает дисциплинированность и внимательность.</p>	<p><b>«Гуси»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить детей легко передвигаться в воде..</p>
<p><b>Описание игры:</b> Ходьба в колоне по одному. На сигнал инструктора «Великаны» дети идут на носочках, поднять руки вверх, затем следует обычная ходьба. На следующий сигнал «Гномы» - ходьба в полуприседе, и так в чередовании.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Играющие ( «гуси») выстраиваются около бортика. Водящий ( «волк») находится около противоположного бортика в обруче. По сигналу дети, изображая гусей, начинают движение к противоположному бортику.</p> <p>Инструктор: <i>Гуси, гуси.</i>  Дети: <i>Га-га-га.</i>  Инструктор: <i>Есть хотите?</i>  Дети: <i>Да-да-да!</i>  Инструктор: <i>Ту тогда летите, крылья берегите!</i>  Дети: <i>Серый волк под горой, Не пускает нас домой</i>  <i>Зубы точит, Съесть нас хочет.</i></p> <p>После последних слов «Волк» выбегает из обруча и начинает ловить «гусей». Дети убегают к бортику и спешат взяться руками за поручень.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Ходьба в колоне по одному, выполнения движений.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Пойманым считается игрок, которого водящий коснулся рукой</p>
<p><b>Примечание:</b> игра проводится 2-3 раза,</p>	<p><b>Примечание:</b> Следить за тем, чтобы дети не толкались.</p>
<p><b>Литература</b> К.К. Утробина Занимательная физкультура для дошкольников 3-5 лет стр.31</p>	<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.118</p>

<p><b>«Дельфины в цирке» 3-7 лет</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить детей безбоязненно ложиться на воду. Воспитывать смелость, самостоятельность, активность.</p> <p><b>Описание игры:</b> Дети стоят у бортика. Инструктор разбрасывает тонущие игрушки у противоположного бортика. По сигналу: «<b>Достань игрушку!</b>» – дети идут, смотрят на дно через воду, отыскивают игрушки, достают их со дна и приносят инструктору. Игра повторяется.</p>	<p><b>«Дельфины»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> освоение безопорного положения и движений ногами дельфином.</p> <p><b>Описание игры:</b> По команде «На старт!» дети принимают положение пловца на старте, по команде «Марш!» выпрыгивают вперед и затем выполняют движения ногами и туловищем как «дельфины», стараясь доплыть до установленной отметки. Игра может иметь несколько вариантов.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Начинать движения по сигналу; Доставать игрушки по одной; Нельзя отнимать их у товарищей, толкать друг друга.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Если играющий останавливается, не доплыv до установленной отметки, он вновь принимает положение пловца на старте, выпрыгивает и продолжает движение.</p>
<p><b>Примечание:</b> Вначале опускать игрушки на мелком месте, при повторении игры – на более глубоком. Подбадривать детей, помогать робким.</p>	<p><b>Примечание:</b> По мере освоения движений победителем целесообразно объявлять того, кто не сделает ни одной остановки и первым доплынет до финиша.</p>
<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.131</p>	<p><b>Источник:</b> <a href="http://nsportal.ru">http://nsportal.ru</a></p>

<p><b>«Жучок – паучок»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Упражнять детей в погружении в воду с головой. Развивать умение передвигаться в соответствии с текстом. Воспитывать быстроту реакции на сигнал; способность ориентироваться в воде.</p> <p><b>Описание игры:</b> Играющие, взявшись за руки, идут по кругу. В центре круга встает водящий – жучок – паучок. Играющие произносят такие слова:</p> <p><b>Жучок – паучок вышел на охоту,</b>  <b>Жучок – паучок вышел на охоту.</b>  <b>Не зевай, поспевай, Прячьтесь все под воду.</b></p> <p>С последними словами все приседают, погружаясь с головой в воду, а тот кто не успел выходит из игры .</p>	<p><b>«Затейники» 3-7 лет</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить детей лежать на воде, погружаясь в воду с головой, выполнять выдохи.</p> <p><b>Описание игры:</b> Дети стоят в кругу, взявшись за руки. Начинают идти по кругу со словами:</p> <p><b>Ровным кругом</b>  <b>Друг за другом</b>  <b>Мы идем за шагом шаг.</b>  <b>Стой на месте.</b>  <b>Дружно вместе</b>  <b>Делаем вот так.</b></p> <p>Инструктор или ребенок показывает упражнение, которое должны выполнить дети.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Двигаться ровно. Нельзя тянуть друг друга, разрывать круг.</p>	<p><b>Правила игры:</b> ребенок показывает упражнение после слов «Делаем вот так»</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор следит, чтобы все дети погружались в воду с головой, подбадривает тех, кто боится это делать. Каждую новую игру нужно ставить нового «жучка-паучка»</p>	<p><b>Примечание:</b> Упражнения следует давать в зависимости от подготовленности занимающихся.</p>
<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.127</p>	<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.131</p>

<p><b>«Звездочка»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> изучение и совершенствование безопорного горизонтального положения, изучение движений руками и ногами.</p> <p><b>Описание игры:</b> Играющие располагаются произвольно, но не мешая друг другу, и по сигналу принимают безопорное горизонтальное положение на груди, руки и ноги разведены. По повторному сигналу (свисток, барабанная дробь и пр.) выполняют сведения и разведения рук и ног (прекращение движения произвольное).</p>	<p><b>«Как приятно в речке плавать!»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> обучение основным видам движения, развивает дисциплинированность и внимательность.</p> <p><b>Описание игры:</b></p> <p>Как приятно в речке плавать! (Плавательные движения)      Берег слева, берег справа. (Повороты влево, вправо)      Речка лентой впереди. (Потягивания руки вперед)      Сверху мостик погляди. (Потягивания руки вверх)      Чтобы плыть еще скорей,      Надо нам гребти быстрей.      Мы работаем руками.      Кто угонится за нами? (Плавательные движения)      А теперь пора нам, братцы,      На песочке поваляться.      Мы из речки вылезаем      И на травке отдыхаем. (Ходьба на месте)</p>
<p><b>Правила игры:</b> Движения можно выполнять одновременно руками и ногами, а также попеременно.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Уметь выполнять движения в соответствии с текстом.</p>
<p><b>Примечание:</b> «Звездочка на спине». Перевороты из положения на груди в положение на спине и обратно с фиксацией положения на спине; то же можно выполнять многократно, соединив руки и ноги и вытянувшись.</p>	<p><b>Примечание:</b></p>
<p><b>Литература:</b> В.С.Васильев Обучение детей плаванию стр. 89</p>	<p><b>Литература:</b> В.И. Коваленко Азбука физкультминуток для дошкольников стр.32</p>

<b>«Крутятся вперед колеса»</b>	<b>«Караси и карпы»</b>
<p><b>Цель игры:</b> Синхронное взаимодействие между движением, речью и дыханием.</p>	<p><b>Цель игры:</b> учить детей свободно передвигаться в воде.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Это трасса мотокросса. Крутятся вперед колеса. Если их назад вращать, Мотоцикл поедет вспять.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Играющих разделить на две шеренги -«караси» и «карпы». Дети располагаются у противоположных бортиков. По сигналу начинают движение указанным способом (спиной, боком, в приседе) Навстречу друг другу. После слов «ка-ра-си» или «Карпы» названная команда начинает ловить игроков другой команды, а те в свою очередь спешат к своим местам. Подсчитывается количество пойманных участников игры, затем игра начинается снова.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Вращение прямыми руками вперед и назад.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Ловить можно только тех детей, которые находятся не на своих местах. Нельзя толкать друг друга.</p>
<p><b>Примечание:</b> Можно выполнять прямыми и согнутыми руками.</p>	<p><b>Примечание:</b> Одну и ту же команду иногда можно вызывать и два раза подряд.</p>
<p><b>Литература:</b> В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников стр.34</p>	<p><b>Литература:</b> Э.Я.Степаненкова Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет стр.36</p>

<p style="color: blue;"><b>«Кузнечики»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> развитие ориентировки в воде, эмоциональное воздействие.</p>	<p style="color: blue;"><b>«Карусель»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> обучить передвижению по дну бассейна, обучение построению в круг</p>
<p><b>Описание игры:</b> Может быть командной (если позволяют размеры бассейна) и некомандной. Побеждает участник (команда), который прыжками на обеих ногах (положение рук произвольное или регламентированное) быстрее достигнет установленного ориентира.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Взявшись за руки в воде, начните движение по кругу, постепенно ускоряйте шаг, произнося:      «Еле-еле, еле-еле      закружились карусели,      а потом, потом, потом —      все бегом, бегом, бегом».      Бегите по кругу, а затем произнесите:      «Тише, тише, не спешите, карусель остановите».      Постепенно замедлите шаг и со словами:      «Вот и кончилась игра. Остановка — раз и два!» -      остановитесь.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Во время игры нельзя бежать, толкать друг друга. Положение рук меняется только с целью усложнения передвижения</p>	<p><b>Правила игры:</b> Сначала в игре принимают участие 5-6 детей. При повторе могут играть все.</p>
<p><b>Примечание:</b> Если в игре участвуют две команды, то начинают ее от противоположных коротких бортов бассейна к середине. Численность играющих регламентируется размерами бассейна.</p>	<p><b>Примечание:</b> Повторите игру с движением по кругу в противоположную сторону.</p>
<p><b>Литература:</b> Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина      Обучение плаванию в детском саду стр 145</p>	<p><b>Литература:</b> Т.И. Осокина «Как научить детей плавать»Стр.60</p>

<p style="text-align: center;"><b>«Караси и щука»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить детей смело погружаться в воду, помочь осваивать погружения с головой. Развивать координированную работу рук и ног при передвижении. Воспитывать быстроту и точность реакции на сигнал; ловкость.</p>	<p style="text-align: center;"><b>« Карлики и великаны»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Закрепить навыки погружения в воду.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Дети (караси) перемещаются по дну бассейна в разных направлениях, помогая себе руками. Щука ( ее роль первое время исполняет инструктор) стоит в углу бассейна. По сигналу: «Щука плывет!» – дети упльывают к бортику и погружаются в воду .</p>	<p><b>Описание игры:</b> Дети выполняют движения в соответствии с текстом.</p> <p><b>Чудеса живут на свете,</b>      Дети приседают,  <b>Стали маленькие дети.</b>      Группируются, делают вдох  <b>А потом все дружно встали,</b>      с задержкой дыхания.  <b>Великанами мы стали.</b>      Встают, делают вдох.</p>
<p><b>Правила игры:</b> дети не должны убегать к бортику раньше сигнала, нельзя толкать друг друга.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Погружаться под воду с головой</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор, исполняющий роль щуки, не должен слишком быстро бежать за детьми и ловить их. Надо дать возможность всем спрятаться.</p>	<p><b>Примечание:</b> Дети старшей и подготовительной группы погружаются под воду с головой, дети средней и 2 мл. группы опускают лицо в воду.</p>
<p><b>Литература:</b> Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина      Обучение плаванию в детском саду стр 130</p>	<p><b>Литература:</b> Обучение плаванию и аквааэробики в группах оздоровительной направленности ДОУ под ред. Н.В. Микляевой стр. 39</p>

<p><b>«Лохматый пес»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения.</p> <p><b>Описание игры:</b> Дети стоят у бортика бассейна. Один ребенок, находится на противоположной стороне, изображая пса. Дети гурьбой тихонько подходят к нему, в это время произносят:</p> <p><i>Вот лежит лохматый пес, В лапы свой уткнувши нос, Тихо, смирно он лежит, Не то дремлет, не то спит. Подойдем к нему разбудим.</i></p> <p>И посмотрим: «Что-то будет?»</p> <p>Дети приближаются к псу. После слов «Что-то будет?» Пес громко лает. Дети разбегаются, пес гонится за ними и старается поймать кого-нибудь и увести с собой.</p>	<p><b>«Лепестки»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Приучать детей передвигаться в воде друг за другом, не бояться воды. Воспитывать смелость , инициативу, внимание.</p> <p><b>Описание игры:</b> Дети входят в воду, становятся вдоль бортика.</p> <p><b>Выросли в саду цветки,</b> (Руки плавно поднять вверх, потянуться.)</p> <p><b>Распустили лепестки.</b></p> <p><b>Вдруг повеял ветерок-</b> (Легкий бег)</p> <p><b>Закружился лепесток.</b></p> <p><b>Ветерок их оторвет</b></p> <p><b>И на землю вновь вернет.</b></p> <p>(Присели)</p>
<p><b>Правила игры:</b> После 2 раз выбирается новый пес из детей которых не поймал пес.</p>	<p><b>Правила игры:</b> соблюдать направление, нельзя наталкиваться друг на друга.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор играет вместе с детьми, показывает, какие движения надо делать</p>	<p><b>Примечание:</b> Инструктор следит, чтобы дети не выполняли движения согласно текста.</p>
<p><b>Литература:</b> Е.А. Тимофеева Подвижные игры стр.44</p>	<p><b>Литература:</b> В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников стр.37</p>

<p><b>«Любопытная Варвара»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Синхронное взаимодействие между движением и речью, дыхание, темп речи, звукопроизношение.</p> <p><b>Описание игры:</b></p> <table border="0" data-bbox="137 362 1109 827"> <thead> <tr> <th style="text-align: left;"><b>Текст</b></th><th style="text-align: left;"><b>Движения</b></th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Любопытная Варвара</td><td>Дети поднимают и опускают плечи.</td></tr> <tr> <td>Смотрит влево,</td><td>Поворачивают корпус влево.</td></tr> <tr> <td>Смотрит вправо,</td><td>Поворачивают корпус вправо.</td></tr> <tr> <td>Смотрит вверх,</td><td>Поднимают голову вверх.</td></tr> <tr> <td>Смотрит вниз,</td><td>Опускают голову.</td></tr> <tr> <td>Чуть присела на карниз,</td><td>Выполняют легкие полуприседания.</td></tr> <tr> <td><i>А с него свалилась вниз!</i></td><td>Резко приседают.</td></tr> </tbody> </table>	<b>Текст</b>	<b>Движения</b>	Любопытная Варвара	Дети поднимают и опускают плечи.	Смотрит влево,	Поворачивают корпус влево.	Смотрит вправо,	Поворачивают корпус вправо.	Смотрит вверх,	Поднимают голову вверх.	Смотрит вниз,	Опускают голову.	Чуть присела на карниз,	Выполняют легкие полуприседания.	<i>А с него свалилась вниз!</i>	Резко приседают.	<p><b>«Мельница»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Совершенствование бросков мяча, развитие ловкости и внимания.</p> <p><b>Описание игры:</b> Все играющие становятся в круг на расстоянии не менее 2 метров друг от друга. Один из играющих получает мяч и передаёт его другому, тот третьему и т.д. по кругу. Постепенно скорость передачи возрастает. Каждый игрок старается поймать мяч.</p>
<b>Текст</b>	<b>Движения</b>																
Любопытная Варвара	Дети поднимают и опускают плечи.																
Смотрит влево,	Поворачивают корпус влево.																
Смотрит вправо,	Поворачивают корпус вправо.																
Смотрит вверх,	Поднимают голову вверх.																
Смотрит вниз,	Опускают голову.																
Чуть присела на карниз,	Выполняют легкие полуприседания.																
<i>А с него свалилась вниз!</i>	Резко приседают.																
<p><b>Правила игры:</b> Уметь выполнять движения в соответствии с текстом.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Игрок который упустил мяч или бросил его неправильно, выбывает из игры. Побеждает тот, кто остаётся в игре последним</p>																
<p><b>Примечание:</b></p>	<p><b>Примечание:</b> Инструктор следит за правильностью выполнение бросков.</p>																
<p><b>Источник:</b> <a href="http://nsportal.ru">http://nsportal.ru</a></p>	<p><b>Литература:</b> А.В. Кенеман Детские подвижные игры народов СССР стр.123</p>																

<p><b>«Морской бой» 4-7 лет</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Научить детей не бояться брызг.</p>	<p><b>«Мяч в воздухе» (волейбол)</b></p> <p><b>Цель игры:</b> развитие ориентировки в воде.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Дети разбиваются на две команды, встают в две шеренги друг против друга на расстоянии 2м. По сигналу начинают брызгаться водой друг на друга. Побеждает команда, в которой меньше количество игроков отвернулись от брызг.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Играющие делятся на две команды и располагаются напротив друг друга. Бассейн разделен сеткой. Инструктор каждой команды выдаёт по 5 мячей. По сигналу игроки стараются перебросить мячи через сетку.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Нельзя сходить с места.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Выигрывает команда которая перебросит больше мячей.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор следит за правилами игры.</p>	<p><b>Примечание:</b> Роль ведущего можно поручить одному из детей.</p>
<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.132</p>	<p><b>Литература:</b> Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 149</p>

<p><b>«Мы веселые ребята»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Приучить детей энергично двигаться в воде в разных направлениях.</p>	<p><b>« Море волнуется» 3-7 лет.</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить детей лежать на воде.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Дети идут по кругу в центре которого находится водящий, и произносят хором:</p> <p><b>Мы веселые ребята, Любим плавать и нырять. Ну, попробуй нас догнать! Раз, два, три – лови!</b></p> <p>После слова «лови!» дети убегают, а водящий догоняет. Игра заканчивается, когда водящий догонит 2-3-4 играющих, затем выбирается новый водящий.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Дети стоят в шеренге вдоль бортика. Произносят слова:</p> <p><b>Море волнуется – раз, Море волнуется – два, Море волнуется – три,</b></p> <p>И опустив руки на воду, производят движения из стороны в сторону. После слов:</p> <p><b>Морская фигура, замри!</b></p> <p>Дети ложатся на воду, изображая морских обитателей.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Нельзя убегать раньше, чем будет произнесено «лови!»</p>	<p><b>Правила игры:</b> Нельзя толкать и удерживать.</p>
<p><b>Примечание:</b> Нового водящего выбирает инструктор.</p>	<p><b>Примечание:</b> Можно использовать построение в круг.</p>
<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.119</p>	<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.130</p>

<p><b>«Медвежонок Умка и рыбки»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Приучать детей двигаться по кругу в разных направлениях, взявшись за руки. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом.</p> <p>Инструктор внимание, ловкость, точность передвижения.</p>	<p><b>«Не урони шарик (снежок)»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Обучение (совершенствование) построение в колону. Развитие ловкости.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Из числа играющих выбирается медвежонок Умка. Остальные дети – рыбки. Умка делает вид, что спит, а рыбки водят хоровод со словами:</p> <p>«Рыбки весело плескались В чистой светленькой воде (свободно гуляют по бассейну),      То завываются (круговые движения руками),      Разовываются (тоже в обратном направлении),      То заплавают в воде (дети разводят руками в разные стороны).      Умка – белый медвежонок – Спрятал мордочку свою.      Нас поймать он очень хочет (дети идут по кругу),      Но покажем нос ему!»</p> <p>После этих слов ребята упливают, кто, как может, а Умка догоняет их. Дотронувшись до 3-4 ребят, Умка возвращается на место. Инструктор или Умка выбирают нового водящего, и игра продолжается.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Играющие делятся на две команды и встают в две колонны. Инструктор первым в колоне дает ложечку и шарик. Дети несут в ложечках шарик. Доносят до определённого места и обратно и передают следующему участнику.</p>
<p><b>Правила игры:</b> выполнять движения нужно в соответствии с текстом, упливать только с последними словами.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Нельзя держать шарик рукой: уронивший должен взять шарик, положить его в ложку и продолжать движения с того места, где упал шарик.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор играет вместе с детьми, показывает, какие движения надо делать.</p>	<p><b>Примечание:</b> Игра повторяется несколько раз, при этом можно нести правой, левой рукой.</p>
<p><b>Литература:</b> Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина      Обучение плаванию в детском саду стр 129</p>	<p><b>Литература:</b> Вавилова Е.Н. Учись бегать, прыгать, лазать метать. Стр. 30</p>

<p><b>Найди свой домик»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> закрепить навыки смелого вхождения в воду и передвижения в ней; повторить материал о геометрической форме и цвете.</p>	<p><b>«Насос»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> обучение погружениям в воду с головой и выдоху.</p>
<p><b>Описание игры:</b> На бортиках бассейна стоят домики разного цвета (красный, желтый, зеленый, синий), в воде плавают игрушечные лягушата (рыбки) таких же цветов. Дети входят в воду, выбирают себе любую игрушку. По сигналу тренера каждый ребенок должен отнести свою игрушку к домику такого же цвета.</p> <p>Вариант 1. У домиков цветные окошки — цвет игрушки соответствует цвету окошка.</p> <p>Вариант 2. На бортиках стоят домики с окошками разной геометрической формы. Дети передвигаются по бассейну. После слов инструктора: «Найдите домик с квадратным окошком» — отталкиваются от дна и скользят к названному домику</p>	<p><b>Описание игры:</b> Играющие, взявшись за руки, становятся парами напротив друг друга. По сигналу первый по расчету приседает, погружаясь в воду с головой, и выполняет выдох в воду, затем встает; второй сразу же выполняет аналогичное погружение с выдохом и т.д.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Играющие не должны мешать друг другу и не толкаться.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Темп приседаний строго индивидуален. Игру можно регламентировать по времени (до 1 мин) или определять пару-победительницу по количеству и качеству выполнения приседаний и выдохов.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор не забывает похвалить детей которые правильно выполняют упражнения.</p>	<p><b>Примечание:</b> При определении пар следует учитывать рост, вес и уровень подготовленности детей. Нельзя, например, объединять в одну пару ребенка, умеющего выполнять выдохи в воду, и совершенно не умеющего; высокого и маленького.</p>
<p><b>Литература:</b> В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 140</p>	<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.128</p>

<b>«Невод»</b> <b>Цель игры:</b> Помочь освоится с сопротивлением воды.	<b>«Нырни в обруч»</b> <b>Цель игры:</b> Учить погружаться в воду с открыванием глаз и скольжением. Развивать точность передвижения. Воспитывать смелость, активность, самостоятельность.
<b>Описание игры:</b> Играющие (рыбы) располагаются в ограниченном пространстве. Двое рыбаков, взявшись за руки, по сигналу инструктора бегут за рыбкой, стараясь окружить её. Каждая пойманная рыба остаётся в сети рыбаков. Так постепенно составляется невод. Игра заканчивается, когда все рыбы будут переловлены.	<b>Описание игры:</b> В воду вертикально опускают обруч с грузами. Дети встают в колонну по одному, идут вдоль бортика к обручу. Дойдя до него, дети по очереди погружаются в воду, проходят сквозь обруч, выныривают на поверхность с другой стороны и двигаются дальше. Когда все пройдут сквозь обруч, игра повторяется.
<b>Правила игры:</b> Нельзя ловить рыбку разорванным неводом. Нельзя толкаться, топить друг друга, хватать за руки, туловище.	<b>Правила игры:</b> Идти друг за другом. Нельзя наталкиваться, хватать, топить друг друга
<b>Примечание:</b> Водящего назначает инструктор. Пойманный последним объявляется самой быстрой рыбкой.	<b>Примечание:</b> Инструктор следит за правильностью выполнения задания, подбадривает робких детей.
<b>Литература:</b> М.Д. Маханева Г.В.Баранова «Фигурное плавание в детском саду» Стр.53	<b>Литература:</b> Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 133

<p><b>«Найти клад» 3-7 лет</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить детей открывать глаза в воде.</p>	<p><b>«Охотники и утки»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Упражнять в погружении в воду с головой.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Инструктор разбрасывает тонущие предметы ( шайбы, игрушки), предлагает достать эти предметы со дна и принести ему.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Выбираются два охотника. Остальные дети – утки. Охотники становятся по обе стороны бассейна, у каждого из них по мячу. Утки плавают в разных направлениях по бассейну. По сигналу «Охотники» утки должны нырнуть в воду, чтобы охотники не смогли попасть в них мячами. Если кто то из детей не успел спрятаться и в него попали мячом, он должен выйти на время из игры.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Следить за тем что бы дети погружались в воду и открывали глаза.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Охотники не должны бросать мяч детям в голову. Начинать бросать мяч можно только по сигналу «Охотник!» и не сходить с места.</p>
<p><b>Примечание:</b> Поощрять детей, которые смогли сразу достать несколько предметов.</p>	<p><b>Примечание:</b> Охотники меняются после того, как каждый из них попадет мячом в определенное число уток.</p>
<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.124</p>	<p><b>Литература:</b> Белиц-Гейман С.В. Мы учимся плавать М.,1987 . стр.94</p>

<p><b>«Оса» 3-7 лет</b></p>	<p><b>«Поезд в туннель»</b></p>
-----------------------------	---------------------------------

<p><b>Цель игры:</b> Приучать погружаться в воду с головой, не бояться воды. Развивать глазодвигательную координацию, быстроту и точность выполнения задания.</p>	<p>Глубина воды по пояс</p> <p><b>Цель игры:</b> Совершенствовать умение скользить на груди.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Играющие образуют круг. Инструктор находится в центре круга. У него в руках удилище, к которому веревкой привязан бантик из поролона. Инструктор поочередно или выборочно старается посадить на кого-нибудь осу. Игроки, спасаясь от осы, погружаются в воду с головой.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Играющие выстраиваются в колонну по одному, положив друг другу руки на плечи, изображая поезд. Колона движется шагом. Двое ребят, стоя лицом, друг к другу и держась за руки, образуют туннель, опуская руки на поверхность воды. Чтобы проехать через него, ребята, изображающие поезд, поочередно выходят вперед колонны и выполняют скольжение на груди. После того как все вагоны пройдут, дети, изображающие туннель, пристраиваются к концу колонны, а двое первых ребят из поезда образуют новый туннель.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Тот, на кого села оса, обязательно должен погрузиться в воду, а, поднявшись из воды, не разрывать круг, не вытирая лицо руками</p>	<p><b>Правила игры:</b> Возвращаться в конец колонны можно только шагом. Встречное движение запрещается – в тоннеле одна колея, может произойти крушение.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор, зная особенности детей, сначала опускает осу на более смелых детей, не боящихся погрузиться в воду.</p>	<p><b>Примечание:</b> Педагог должен следить, чтобы изображающие туннель не задерживали ребят под водой.</p>
<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.123</p>	<p><b>Литература:</b> М.Д. Маханева Г.В.Баранова «Фигурное плавание в детском саду» Стр.52</p>

<p><b>Цель игры:</b> Развитие ориентировки в воде и освоение погружений с головой.</p>	<p><b>Цель игры:</b> Обучение ходьбе в парах лицом и спиной .</p>
<p><b>Описание игры:</b> Три-четыре участника («рыбаки»), держась за руки, продвигаются по бассейну, стараясь окружить («поймать в сеть») убегающих «рыбок». Пойманная «рыбка» становится «рыбаком». Игра заканчивается, когда будут пойманы все «рыбки», причем последняя считается самой проворной.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Играющие разбираются по парам, становятся по кругу. Каждый в паре поворачивается спиной друг к другу и подает руки.</p> <p>Тики-таки, тики-таки, Ходят в нашей речке раки. Ходят задом наперед, ищут раки в речке брод, Стали раки воду пить — Выходи, тебе водить!</p>
<p><b>Правила игры:</b> Нельзя ловить «рыбок» «разорванной» сетью.</p>	<p><b>Правила игры:</b> С началом текста все пары двигаются в одном направлении по кругу так, что первый в паре идет прямо по направлению движения и ведет за руки второго, идущего задом наперед (это рак).</p>
<p><b>Примечание:</b> Если «рыбка» во время преследования погрузится в воду с головой или нырнет, то она считается непойманной.</p>	<p><b>Примечание:</b> По окончании текста игра повторяется со сменой направления.</p>
<p><b>Литература:</b> В.С. Васильев Обучение детей плаванию. Стр. 85</p>	<p><b>Источник:</b> <a href="http://nsportal.ru">http://nsportal.ru</a></p>

<p><b>«Стрела»</b></p>	<p><b>«Сомбреро»</b></p> <p>Цель игры: Учить детей подныривать под предмет.</p>
------------------------	---

<p><b>Цель игры:</b> Учить принимать безопорное положение на воде и скользить по ней.</p> <p><b>Описание игры:</b> Дети стоят в воде, поднимают руки вверх, натягивая их, как стрелу ( одна ладонь лежит на другой)</p> <p><i>Полечу я высоко, полечу я далеко,</i> (Дети присаживаются и наклоняются над водой)</p> <p><i>Полечу я высоко, получу я далеко.</i> (дети опускают голову в воду, отталкиваются от дна ногами скользят по воде)</p>	<p><b>Описание игры:</b> Все играющие образуют круг, в центре которого плавает « мексиканская шляпа сомбреро» ( надувной круг). Играющие по очереди подходят к «шляпе» и, поднырнув под неё, стараются надеть на голову. Те, кому это удаётся, считаются победителями.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Сначала в игре принимают участие 2-3 детей. При повторе могут играть все.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Нельзя «Шляпу» поддерживать руками.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор отмечает детей кто дальше проскользнул.</p>	<p><b>Примечание:</b> Можно на воду положить столько кругов, сколько играющих, и провести соревнование «Кто первый наденет «Шляпу».</p>
<p><b>Литература:</b> В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 145</p>	<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.124</p>

<p><b>Цель игры:</b> Приучать детей смело передвигаться в воде, менять направление, быстроту движения. Развивать ритмичность ходьбы, общую координацию. Воспитывать желание выполнять упражнения в воде; положительные эмоции.</p>	<p><b>Цель игры:</b> Закрепить умение погружаться в воду.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Инструктор или один из детей изображает сердитую рыбку. Она находится у противоположного бортика, дети тихонько подходят к ней, а инструктор в это время говорит:</p> <p>«Сердитая рыбка тихо лежит, Сердитая рыбка, наверное, спит. Подойдем мы к ней, разбудим И посмотрим, что же будет.»</p> <p>Рыбка начинает ловить детей, дети разбегаются, рыбка гонится за ними. Затем рыбка возвращается на место. Игра повторяется с новым водящим.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Выбирается водящий – «Салка». Дети передвигаются по бассейну в разных направлениях. По сигналу «Салка» старается догнать играющих.</p> <p>«Салка с мячом»:- водящий должен попасть мячом в игрока.</p> <p>«Салки с надувным кругом»:- водящий должен надеть круг на участника игры.</p> <p>Дети чтобы не быть пойманными, погружаются в воду с головой, ныряют и упłyвают от водящего.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Выполнять движения в соответствии с текстом, убегая от сердитой рыбки, не толкать друг друга.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Если игрока засолили он становится водящим. Нельзя салить под водой.</p>
<p><b>Примечание:</b> Первый раз сердитой рыбкой может быть инструктор. Не следует быстро бежать за детьми. Надо дать им возможность убежать на свое место. При многократном повторении можно догонять детей.</p>	<p><b>Примечание:</b> Пойманные игроки собираются в определенном месте, например у бортика.</p>
<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.118</p>	<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.126</p>

<p><b>Цель игры:</b> Развитие внимательности, сообразительности, памяти, наблюдательности, ловкости, быстроты реакции.</p> <p><b>Описание игры:</b> Дети обыгрывают стихотворение, а затем показывают, как таял снеговик.</p> <p>Среди нашего двора Снеговик стоял вчера. Сами мы его слепили, Нос - морковку не забыли, А сегодня за окном Потекли ручьи кругом.</p>	<p>слушать под водой сигналы.</p> <p><b>Описание игры:</b> Дети, стоя около бортика, погружаются в воду. Инструктор 1-2-3 раза ударяет металлическим предметом по поручню. Вынырнув из воды, дети должны сказать, сколько было ударов.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Дети обыгрывают стихотворение, а затем показывают, как таял снеговик.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Дети погружаются в воду все вместе.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор отмечает детей, которые справились с заданием.</p>	<p><b>Примечание:</b> Можно разбить детей по парам.</p>
<p><b>Источник:</b> <a href="http://nsportal.ru">http://nsportal.ru</a></p>	<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.123</p>

<p><b>«Торпеды»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> освоение и совершенствование скольжений.</p>	<p><b>«Усатый сом» 3-7 лет</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Совершенствовать у детей умение</p>
---	---

	<p>ориентироваться в воде.</p>
<p><b>Описание игры:</b> По сигналу играющие принимают исходное положение и выполняют скольжение на груди (несколько человек одновременно). Побеждает тот, кто дальше всех про скользит, как «торпеда». В зависимости от условий игра может быть командной и некомандной.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Выбирается водящий – « сом», все остальные становятся лицом к бортику, спиной к водящему на расстоянии 2 м. Инструктор произносит:  <i>Рыбки, рыбки, не зевайте!</i>  <i>Сом усами шевелит.</i>  <i>Все на берег он не спит!</i>  Последние слова служат сигналом, по которому дети бегут к противоположному бортику.  Сом может салить только в средине бассейна.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Определять победителя могут сами дети, отмечая расстояние, которое про скользят их товарищи. Во время скольжения нельзя мешать друг другу.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Играющие не должны мешать друг другу и не толкаться.</p>
<p><b>Примечание:</b> По мере изучения скольжений можно выполнять один гребок одновременно обеими руками и далее скользить до полной остановки (или до отметки), прижав руки к туловищу. Можно учитывать так же прямолинейность скольжения.</p>	<p><b>Примечание:</b> Следить что бы дети не толкали друг друга.</p>
<p><b>Литература:</b> В.С.Васильев Обучение детей плаванию стр. 93</p>	<p><b>Литература:</b> В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 145</p>

<p><b>Цель игры:</b> Помогать детям осваивать безопорное положение в воде.</p>	<p><b>Цель игры:</b> Совершенствовать передвижения в воде.</p>
<p><b>Описание игры</b> Дети произвольно располагаются по дну бассейна, изображая уток. По сигналу они наклоняются вперед, стараясь нырнуть за кормом и ухватиться за дно. При этом приподнимают обе согнутые в коленях ноги – «показывают хвостики».</p>	<p><b>Описание игры:</b> Дети встают в одну шеренгу, им выдают мячи среднего размера. По команде инструктора, ударяя мяч ногой, дети начинают передвигаться к противоположному бортику, а затем стараются попасть мячом в обруч. Побеждает тот, кто первым «забьёт гол».</p>
<p><b>Правила игры:</b> Более ловкой окажется утка, которая сумеет «показать хвостики» большее количество раз.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Нельзя касаться мяча руками.</p>
<p><b>Примечание:</b> Чтобы обеспечить детям выполнение задания, целесообразно предлагать детям опустить голову. (подтянуть подбородок к груди).</p>	<p><b>Примечание:</b> Нужно чередовать удары ногами, то есть бить по мячу то одной, то другой ногой.</p>
<p><b>Литература:</b> Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. М., 1986 Стр.145</p>	<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.119</p>

<p><b>«Циркачи»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> изучение и совершенствование погружений в воду.</p>	<p><b>«Щука»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить детей смело погружаться в воду, помочь осваивать погружение с головой.</p>
--	--

**Описание игры:** Может быть командной и некомандной. Играющие выполняют наклон вперед, ставят руки на дно, стараясь сделать стойку на руках, — «как в цирке». Игру можно усложнить, выполняя заныривания плавающий в круг и далее стойку на руках (глубина — на уровне пояса).

**Описание игры:** Дети ходят или бегают по дну бассейна в произвольных направлениях, помогая себе руками, изображая рыбок. Щука стоит спиной к бассейну на берегу или в углу бассейна. По сигналу «Щука» дети останавливаются и погружаются в воду до подбородка. Щука (водящий) внимательно следит за выполнением задания. Рыбку которая неправильно выполнила задания, щука уводит к себе. Пойманной становится щукой. Игра повторяется 3-4 раза, за рыбкой всякий раз выплывает другая щука..

**Правила игры:** В том случае, если игра командная, победитель определяется по количеству правильно выполненных стоек на руках в установленное время.

**Примечание:** Если игра не командная предпочтение отдается тому участнику, который дольше простоят на руках (при условии, что глубина для всех одинаковая).

**Литература:** Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина  
Обучение плаванию в детском саду стр 146

**Правила игры:** Водящий не должен поворачиваться лицом к бассейну раньше подачи сигнала.

**Примечание:** Глубина воды по пояс. Водящего назначает инструктор или сам может быть водящим. При повторении игры за рыбками могут выплывать одновременно 2-3 щуки.

**Литература:** М.Д. Маханева Г.В.Баранова «Фигурное плавание в детском саду» Стр.58