

<p><i>«А сейчас мы с вами дети улетаем на ракете »</i></p> <p>Цель игры: Развивать умение передвигаться на носках. Помочь детям почувствовать сопротивлением воды. Способствовать развитию координации движений, ловкости.</p>	<p><i>«Аист»</i></p> <p>Цель игры: Развивать умение передвигаться в соответствии с текстом. Воспитывать быстроту реакции на сигнал; способность ориентироваться в воде.</p>
<p>Описание игры: <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> Дети отталкиваются от бортика и скользят по воде.</p>	<p>Описание игры: Дети идут вдоль бортика все вместе говорят: <i>- Аист, аист длинноногий, Покажи домой дорогу.</i> <i>Аист отвечает:</i> <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>Правила игры:</p>	<p>Правила игры: Спину держать прямо.</p>
<p>Примечание: Спина прямая руки на поясе. Дети плавно и медленно поднимают то правую, то левую ногу, согнутую в колене, а так же плавно опускают.</p>	<p>Примечание: Спина прямая руки на поясе. Дети плавно и медленно поднимают то правую, то левую ногу, согнутую в колене, а так же плавно опускают.</p>
<p>Литература: В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников. Стр.7</p>	<p>Литература: В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников. Стр.7</p>

«Буксир»	«Белые медведи»
Цель игры: освоение безопорного горизонтального положения .	Цель игры: Развивать глазодвигательную координацию, быстроту и точность выполнения задания. Воспитывать ловкость, увертливость.
Описание игры: 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.	Описание игры 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.
Правила игры: Выигрывает тот, кто первым достигает установленного ориентира.	Правила игры: Если водящие размыкают руки, они считаются проигравшими и выходят из игры.
Примечание: Можно использовать пластмассовую палочку, за которую держится «буксируемый».	Примечание: «Медведи» не могут хватать убегающих за руки , а могут только захватывать в кольцо.
Литература: В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 133	Литература: Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей.М.,1986 Стр.148

<p style="text-align: center;">«Водолазы»</p> <p>Цель игры: освоение безопорного положения, открывание глаз и развитие ориентировки в воде.</p>	<p style="text-align: center;">«Винт»</p> <p>Цель игры: освоение и совершенствование безопорного положения, развитие ориентировки в воде.</p>
<p>Описание игры: Может быть командной и неkomандной. 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>Описание игры: 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>Правила игры: Во время ныряний нельзя мешать друг другу, отнимать предметы, приталкивать друг друга</p>	<p>Правила игры: Во время переворотов руки и ноги не разводить.</p>
<p>Примечание: 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>Примечание: Победителя определяет педагог.</p>
<p>Литература: В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 134</p>	<p>Литература: Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 146</p>

<p>«Великаны и гномы»</p>	<p>«Гуси»</p>
<p>Цель игры: снижение физической нагрузки, т. е. постепенный переход от возбужденного состояния к более спокойному, развивает дисциплинированность и внимательность.</p>	<p>Цель игры: Учить детей легко передвигаться в воде..</p>
<p>Описание игры: Ходьба в колонне 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>Описание игры: Играющие («гуси») выстраиваются около бортика. Водящий («волк») находится около противоположного бортика в обруче. По сигналу дети, изображая гусей, начинают движение к противоположному бортику. 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, Съест нас хочет.</i> После последних слов «Волк» выбегает из обруча и начинает ловить «гусей». Дети убегают к бортику и спешат взяться руками за поручень.</p>
<p>Правила игры: Ходьба в колонне по одному, выполнения движений.</p>	<p>Правила игры: Пойманным считается игрок, которого водящий коснулся рукой</p>
<p>Примечание: игра проводится 2-3 раза,</p>	<p>Примечание: Следить за тем, чтобы дети не толкались.</p>
<p>Литература К.К. Утробина Занимательная физкультура для дошкольников 3-5 лет стр.31</p>	<p>Литература: А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.118</p>

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

<p style="text-align: center;">«Жучок – паучок»</p> <p>Цель игры: 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 style="text-align: center;">«Затейники» 3-7 лет</p> <p>Цель игры: Учить детей лежать на воде, погружаясь в воду с головой, выполнять выдохи.</p>
<p>Описание игры: Играющие, взявшись за руки, идут по кругу. В центре круга встает водящий – жучок – паучок. Играющие произносят такие слова:</p> <p style="padding-left: 20px;">Жучок – паучок вышел на охоту, Жучок – паучок вышел на охоту. Не зевай, поспевай, Прячьтесь все под воду.</p> <p>С последними словами все приседают, погружаясь с головой в воду, а тот кто не успел выходит из игры .</p>	<p>Описание игры: Дети стоят в кругу, взявшись за руки. Начинают идти по кругу со словами:</p> <p style="padding-left: 20px;">Ровным кругом Друг за другом Мы идем за шагом шаг. Стой на месте. Дружно вместе Делаем вот так.</p> <p>Инструктор или ребенок показывает упражнение, которое должны выполнить дети.</p>
<p>Правила игры: Двигаться ровно. Нельзя тянуть друг друга, разрывать круг.</p>	<p>Правила игры: ребенок показывает упражнение после слов «Делаем вот так»</p>
<p>Примечание: 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>Примечание: Упражнения следует давать в зависимости от подготовленности занимающихся.</p>
<p>Литература: А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.127</p>	<p>Литература: А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.131</p>

<p style="text-align: center;">«Звездочка»</p> <p>Цель игры: изучение и совершенствование безопорного горизонтального положения, изучение движений руками и ногами.</p>	<p style="text-align: center;">«Как приятно в речке плавать!»</p> <p>Цель игры: обучение основным видам движения, развивает дисциплинированность и внимательность.</p>
<p>Описание игры: 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>Описание игры:</p> <p><i>Как приятно в речке плавать!</i> (Плавательные движения) <i>Берег слева, берег справа.</i> (Повороты влево, вправо) <i>Речка лентой впереди.</i> (Потягивания руки вперед) <i>Сверху мостик погляди.</i> (Потягивания руки вверх) <i>Чтобы плыть еще скорей,</i> <i>Надо нам грести быстрее.</i> <i>Мы работаем руками.</i> <i>Кто угонится за нами?</i> (Плавательные движения) <i>А теперь пора нам, братцы,</i> <i>На песочке поваляться.</i> <i>Мы из речки вылезаем</i> (Ходьба на месте) <i>И на травке отдыхаем.</i></p>
<p>Правила игры: Движения можно выполнять одновременно руками и ногами, а также попеременно.</p>	<p>Правила игры: Уметь выполнять движения в соответствии с текстом.</p>
<p>Примечание: «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>Примечание:</p>
<p>Литература: В.С.Васильев Обучение детей плаванию стр. 89</p>	<p>Литература: В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников стр.32</p>

«Крутятся вперед колеса»	«Караси и карпы»
Цель игры: Синхронное взаимодействие между движением, речью и дыханием.	Цель игры: учить детей свободно передвигаться в воде.
Описание игры: Это трасса мотокросса. Крутятся вперед колеса. Если их назад вращать, Мотоцикл поедет вспять.	Описание игры: Игроков 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 «Кар-пы» 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.
Правила игры: Вращение прямыми руками вперед и назад.	Правила игры: Ловить можно только тех детей, которые находятся не на своих местах. Нельзя толкать друг друга.
Примечание: Можно выполнять прямыми и согнутыми руками.	Примечание: Одну и ту же команду иногда можно вызывать и два раза подряд.
Литература: В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников стр.34	Литература: Э.Я.Степаненкова Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет стр.36

<p style="text-align: center;">«Кузнечики»</p> <p>Цель игры: развитие ориентировки в воде, эмоциональное воздействие.</p>	<p style="text-align: center;">«Карусель»</p> <p>Цель игры: обучить передвижению по дну бассейна, обучение построению в круг</p>
<p>Описание игры: 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>Описание игры: Взявшись за руки в воде, начните движение по кругу, постепенно ускоряйте шаг, произнося:</p> <p style="padding-left: 40px;">«Еле-еле, еле-еле закружились карусели, а потом, потом, потом — все бегом, бегом, бегом».</p> <p>Бегите по кругу, а затем произнесите:</p> <p style="padding-left: 40px;">«Тише, тише, не спешите, карусель остановите».</p> <p>Постепенно замедлите шаг и со словами:</p> <p style="padding-left: 40px;">«Вот и кончилась игра. Остановка — раз и два!» - остановитесь.</p>
<p>Правила игры: Во время игры нельзя бежать, толкать друг друга. Положение рук меняется только с целью усложнения передвижения</p>	<p>Правила игры: Сначала в игре принимают участие 5-6 детей. При повторе могут играть все.</p>
<p>Примечание: Если в игре участвуют две команды, то начинают ее от противоположных коротких бортов бассейна к середине. Численность играющих регламентируется размерами бассейна.</p>	<p>Примечание: Повторите игру с движением по кругу в противоположную сторону.</p>
<p>Литература: Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 145</p>	<p>Литература: Т.И. Осокина «Как научить детей плавать»Стр.60</p>

<p style="text-align: center;">«Караси и щука»</p>	<p style="text-align: center;">« Карлики и великаны»</p>
<p>Цель игры: 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>Цель игры: Закрепить навыки погружения в воду.</p>
<p>Описание игры: 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 уплывают к бортику и погружаются в воду .</p>	<p>Описание игры: Дети выполняют движения в соответствии с текстом.</p> <p>Чудеса живут на свете, Дети приседают, Стали маленькие дети. Группируются, делают вдох А потом все дружно встали, с задержкой дыхания. Великанами мы стали. Встают, делают вдох.</p>
<p>Правила игры: дети не должны убегать к бортику раньше сигнала, нельзя толкать друг друга.</p>	<p>Правила игры: Погружаться под воду с головой</p>
<p>Примечание: Инструктор, исполняющий роль щуки, не должен слишком быстро бежать за детьми и ловить их. Надо дать возможность всем спрятаться.</p>	<p>Примечание: Дети старшей и подготовительной группы погружаются под воду с головой, дети средней и 2 мл. группы опускают лицо в воду.</p>
<p>Литература: Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 130</p>	<p>Литература: Обучение плаванию и аквааэробики в группах оздоровительной направленности ДООУ под ред. Н.В. Микляевой стр. 39</p>

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

<p align="center">«Любопытная Варвара»</p> <p>Цель игры: Синхронное взаимодействие между движением и речью, дыхание, темп речи, звукопроизношение.</p>	<p align="center">«Мельница»</p> <p>Цель игры: Совершенствование бросков мяча, развитие ловкости и внимания.</p>																
<p>Описание игры:</p> <table border="0"> <tr> <td>Текст</td> <td>Движения</td> </tr> <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>А с него свалилась вниз!</td> <td>Резко приседают.</td> </tr> </table>	Текст	Движения	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.	А с него свалилась вниз!	Резко приседают.	<p>Описание игры: 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>
Текст	Движения																
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.																
А с него свалилась вниз!	Резко приседают.																
<p>Правила игры: Уметь выполнять движения в соответствии с текстом.</p>	<p>Правила игры: Игрок который упустил мяч или бросил его неправильно, выбывает из игры. Побеждает тот, кто остаётся в игре последним</p>																
<p>Примечание:</p>	<p>Примечание: Инструктор следит за правильностью выполнение бросков.</p>																
<p>Источник: http://nsportal.ru</p>	<p>Литература: А.В. Кенеман Детские подвижные игры народов СССР стр.123</p>																

<p style="text-align: center;">«Морской бой» 4-7 лет</p> <p>Цель игры: Научить детей не бояться брызг.</p>	<p style="text-align: center;">«Мяч в воздухе» (волейбол)</p> <p>Цель игры: развитие ориентировки в воде.</p>
<p>Описание игры: 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>Описание игры: 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>Правила игры: Нельзя сходить с места.</p>	<p>Правила игры: Выигрывает команда которая перебросит больше мячей.</p>
<p>Примечание: Инструктор следит за правилами игры.</p>	<p>Примечание: Роль ведущего можно поручить одному из детей.</p>
<p>Литература: А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.132</p>	<p>Литература: Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 149</p>

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

<p align="center">«Медвежонок Умка и рыбки»</p> <p>Цель игры: Приучать детей двигаться по кругу в разных направлениях, взявшись за руки. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом. Инструктор внимание, ловкость, точность передвижения.</p>	<p align="center">«Не урони шарик (снежок)»</p> <p>Цель игры: Обучение (совершенствование) построение в колонну. Развитие ловкости.</p>
<p>Описание игры: Из числа играющих выбирается медвежонок Умка. Остальные дети – рыбки. Умка делает вид, что спит, а рыбки водят хоровод со словами:</p> <p align="center"><i>«Рыбки весело плескались В чистой светленькой воде (свободно гуляют по бассейну), То завьются (круговые движения руками), Разовьются (тоже в обратном направлении), То заплывают 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!»</i></p> <p>После этих слов ребята уплывают, 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>Описание игры: Играющие делятся на две команды и встают в две колонны. Инструктор первым в колонне дает ложечку и шарик. Дети несут в ложечках шарик. Доносят до определённого места и обратно и передают следующему участнику.</p>
<p>Правила игры: выполнять движения нужно в соответствии с текстом, уплывать только с последними словами.</p>	<p>Правила игры: Нельзя держать шарик рукой: уронивший должен взять шарик, положить его в ложку и продолжать движения с того места, где упал шарик.</p>
<p>Примечание: Инструктор играет вместе с детьми, показывает, какие движения надо делать.</p>	<p>Примечание: Игра повторяется несколько раз, при этом можно нести правой, левой рукой.</p>
<p>Литература: Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 129</p>	<p>Литература: Вавилова Е.Н. Учись бегать, прыгать, лазать метать. Стр. 30</p>

<i>Найди свой домик»</i>	<i>«Насос»</i>
Цель игры: закрепить навыки смелого вхождения в воду и передвижения в ней; повторить материал о геометрической форме и цвете.	Цель игры: обучение погружениям в воду с головой и выдоху.
<p>Описание игры: 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>	Описание игры: 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.
Правила игры: Играющие не должны мешать друг другу и не толкаться.	Правила игры: Темп приседаний строго индивидуален. Игру можно регламентировать по времени (до 1 мин) или определять пару-победительницу по количеству и качеству выполнения приседаний и выдохов.
Примечание: Инструктор не забывает похвалить детей которые правильно выполняют упражнения.	Примечание: 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.
Литература: В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 140	Литература: А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.128

<p style="text-align: center;">« Невод»</p> <p>Цель игры: Помочь освоится с сопротивлением воды.</p>	<p style="text-align: center;">«Нырни в обруч»</p> <p>Цель игры: Учить погружаться в воду с открыванием глаз и скольжением. Развивать точность передвижения. Воспитывать смелость, активность, самостоятельность.</p>
<p>Описание игры: 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.</p>	<p>Описание игры: 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.</p>
<p>Правила игры: Нельзя ловить рыбу разорванным неводом. Нельзя толкаться, топить друг друга, хватать за руки, туловище.</p>	<p>Правила игры: Идти друг за другом. Нельзя наталкиваться, хватать, топить друг друга</p>
<p>Примечание: Водящего назначает инструктор. Пойманный последним объявляется самой быстрой рыбкой.</p>	<p>Примечание: Инструктор следит за правильностью выполнения задания, подбадривает робких детей.</p>
<p>Литература: М.Д. Маханева Г.В.Баранова «Фигурное плавание в детском саду» Стр.53</p>	<p>Литература: Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 133</p>

<p style="text-align: center;">«Найти клад» 3-7 лет</p> <p>Цель игры: Учить детей открывать глаза в воде.</p>	<p style="text-align: center;">«Охотники и утки»</p> <p>Цель игры: Упражнять в погружении в воду с головой.</p>
<p>Описание игры: Инструктор разбрасывает тонущие предметы (шайбы, игрушки), предлагает достать эти предметы со дна и принести ему.</p>	<p>Описание игры: 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>Правила игры: Следить за тем что бы дети погружались в воду и открывали глаза.</p>	<p>Правила игры: Охотники не должны бросать мяч детям в голову. Начинать бросать мяч можно только по сигналу «Охотник!» и не сходить с места.</p>
<p>Примечание: Поощрять детей, которые смогли сразу достать несколько предметов.</p>	<p>Примечание: Охотники меняются после того, как каждый из них попадет мячом в определенное число уток.</p>
<p>Литература: А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.124</p>	<p>Литература: Белиц-Гейман С.В. Мы учимся плавать М.,1987 . стр.94</p>

<p style="text-align: center;">«Оса» 3-7 лет</p>	<p style="text-align: center;">« Поезд в туннель»</p>
---	--

<p>Цель игры: Приучать погружаться в воду с головой, не бояться воды. Развивать глагодвигательную координацию, быстроту и точность выполнения задания.</p>	<p style="text-align: center;">Глубина воды по пояс</p> <p>Цель игры: Совершенствовать умение скользить на груди.</p>
<p>Описание игры: Играющие образуют круг. Инструктор находится в центре круга. У него в руках удище, 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>Описание игры: Играющие выстраиваются в колонну по одному, положив друг другу руки на плечи, изображая поезд. Колонна 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>Правила игры: Тот, на кого села оса, обязательно должен погрузиться в воду, а, поднявшись из воды, не разрывать круг, не вытирать лицо руками</p>	<p>Правила игры: Возвращаться в конец колонны можно только шагом. Встречное движение запрещается – в тоннеле одна колея, может произойти крушение.</p>
<p>Примечание: Инструктор, зная особенности детей, сначала опускает осу на более смелых детей, не боящихся погрузиться в воду.</p>	<p>Примечание: Педагог должен следить, чтобы изображающие туннель не задерживали ребят под водой.</p>
<p>Литература: А.А. Чеченева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.123</p>	<p>Литература: М.Д. Маханева Г.В.Баранова «Фигурное плавание в детском саду» Стр.52</p>

Цель игры: Развитие ориентировки в воде и освоение погружений с головой.	Цель игры: Обучение ходьбе в парах лицом и спиной .
Описание игры: 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.	Описание игры: Игроки разбираются по парам, становятся по кругу. Каждый в паре поворачивается спиной друг к другу и подает руки. <i>Ти-ки-та-ки, ти-ки-та-ки, Ходят в нашей речке раки. Ходят задом наперед, ищут раки в речке брод, Стали раки воду пить — Выходи, тебе водить!</i>
Правила игры: Нельзя ловить «рыбок» «разорванной» сетью.	Правила игры: 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).
Примечание: Если «рыбка» во время преследования погрузится в воду с головой или нырнет, то она считается непойманной.	Примечание: По окончании текста игра повторяется со сменой направления.
Литература: В.С. Васильев Обучение детей плаванию. Стр. 85	Источник: http://nsportal.ru

«Стрела»

«Сомбреро»

Цель игры: Учить детей подныривать под предмет.

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

<p>Цель игры: 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>Цель игры: Закрепить умение погружаться в воду.</p>
<p>Описание игры: 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><i>«Сердитая рыбка тихо лежит, Сердитая рыбка, наверное, спит. Подойдем мы к ней, разбудим И посмотрим, что же будет.»</i></p> <p>Рыбка начинает ловить детей, дети разбегаются, рыбка гонится за ними. Затем рыбка возвращается на место. Игра повторяется с новым водящим.</p>	<p>Описание игры: 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 уплывают от водящего.</p>
<p>Правила игры: Выполнять движения в соответствии с текстом, убегая от сердитой рыбки, не толкать друг друга.</p>	<p>Правила игры: Если игрока засолили он становится водящим. Нельзя салить под водой.</p>
<p>Примечание: 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>Примечание: Пойманные игроки собираются в определенном месте, например у бортика.</p>
<p>Литература: А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.118</p>	<p>Литература: А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.126</p>

«Снеговик»

«Телефон»

Цель игры: Учить детей быстро погружаться в воду и

Цель игры: Развитие внимательности, сообразительности, памяти, наблюдательности, ловкости, быстроты реакции.	слушать под водой сигналы.
Описание игры: Дети обыгрывают стихотворение, а затем показывают, как таял снеговик. Среди нашего двора Снеговик стоял вчера. Сами мы его слепили, Нос - морковку не забыли, А сегодня за окном Потекли ручьи кругом.	Описание игры: 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.
Правила игры: Дети обыгрывают стихотворение, а затем показывают, как таял снеговик.	Правила игры: Дети погружаются в воду все вместе.
Примечание: Инструктор отмечает детей, которые справились с заданием.	Примечание: Можно разбить детей по парам.
Источник: http://nsportal.ru	Литература: А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.123

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

	ориентироваться в воде.
Описание игры: 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.	Описание игры: 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 середине бассейна.
Правила игры: Определять победителя могут сами дети, отмечая расстояние, которое про скользят их товарищи. Во время скольжения нельзя мешать друг другу.	Правила игры: Играющие не должны мешать друг другу и не толкаться.
Примечание: 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.	Примечание: Следить что бы дети не толкали друг друга.
Литература: В.С.Васильев Обучение детей плаванию стр. 93	Литература: В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДООУ стр. 145

Цель игры: Помогать детям осваивать безопорное положение в воде.	Цель игры: Совершенствовать передвижения в воде.
Описание игры 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».	Описание игры: 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».
Правила игры: Более ловкой окажется утка, которая сумеет «показать хвостик» большее количество раз.	Правила игры: Нельзя касаться мяча руками.
Примечание: Чтобы обеспечить детям выполнение задания, целесообразно предлагать детям опустить голову. (подтянуть подбородок к груди).	Примечание: Нужно чередовать удары ногами, то есть бить по мячу то одной, то другой ногой.
Литература: Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. М., 1986 Стр.145	Литература: А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.119

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

<p>Описание игры: Может быть командной и неkomандной. Играющие выполняют наклон вперед, ставят руки на дно, стараясь сделать стойку на руках, — «как в цирке». Игру можно усложнить, выполняя занывривания плавающий в круг и далее стойку на руках (глубина — на уровне пояса).</p>	<p>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. пойманный становится щукой. Игра повторяется 3-4 раза, за рыбкой всякий раз выплывает другая щука..</p>
<p>Правила игры: В том случае, если игра командная, победитель определяется по количеству правильно выполненных стоек на руках в установленное время.</p>	<p>Правила игры: Водящий не должен поворачиваться лицом к бассейну раньше подачи сигнала.</p>
<p>Примечание: Если игра не командная предпочтение отдается тому участнику, который дольше простоит на руках (при условии, что глубина для всех одинаковая).</p>	<p>Примечание: Глубина воды по пояс. Водящего назначает инструктор или сам может быть водящим. При повторении игры за рыбками могут выплывать одновременно 2-3 щуки.</p>
<p>Литература: Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 146</p>	<p>Литература: М.Д. Маханева Г.В.Баранова «Фигурное плавание в детском саду» Стр.58</p>