

<p style="text-align: center;"><b>«А в лесу растет черника»</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 style="text-align: center;"><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.</p> <p><b>А в лесу растет черника</b>  <b>Земляника, голубика.</b>  <b>Что бы ягоду сорвать,</b>  <b>Надо глубже присесть.</b> (приседание)</p> <p><b>Нагулялся я в лесу.</b> (ходьба на месте)  <b>Корзинку с ягодой несу.</b></p>	<p><b>Описание игры:</b> Дети идут вдоль бортика все вместе говорят:</p> <p><b>- Аист, аист длинноногий,</b>  <b>Покажи домой дорогу.</b>  <i>Аист отвечает:</i>  <b>-Топай правой ногой, топай левой ногой,</b>  <b>Снова правой ногой, снова левой ногой.</b>  <b>После правой ногой, после левой ногой.</b>  <b>И тогда придешь домой.</b></p>
<p><b>Правила игры:</b> Во время приседания опускать лицо в воду.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Спину держать прямо.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор следит за детьми, поощряет ловких, помогает другим, подбадривает их.</p>	<p><b>Примечание:</b> 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><b>Литература:</b> В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников. Стр.7</p>	<p><b>Литература:</b> В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников. Стр.7</p>

<p align="center"><b>« А над морем мы с тобой»</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 align="center"><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> Дети стоят у бортика</p> <p><b>Над волнами чайки кружат,</b> ( поворот вправо и влево)</p> <p><b>Полетим за ними дружно</b> ( ходьба по кругу, дети машут руками, словно крыльями)</p> <p><b>Брызги пены, шум прибоя</b></p> <p><b>А над морем - мы с тобою!</b></p> <p><b>Мы теперь плывем по морю</b> (дети делают плавательные движения руками)</p> <p><b>И резвимся на просторе.</b></p> <p><b>Веселее загребай</b></p> <p><b>И дельфинов догоняй.</b></p>	<p><b>Описание игры:</b></p> <p><b>А сейчас мы с вами дети,</b></p> <p><b>Улетаем на ракете.</b></p> <p><b>На носки поднимись,</b> ( стойка на носках руки вверх)</p> <p><b>А потом руки вниз.</b></p> <p><b>Раз, два, три, -</b></p> <p><b>Ты ракета ввысь лети.</b></p> <p>Дети отталкиваются от бортика и скользят по воде.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Во время приседания опускать лицо в воду.</p>	<p><b>Правила игры:</b></p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор следит за детьми, поощряет ловких, помогает другим, подбадривает их.</p>	<p><b>Примечание:</b> 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><b>Литература:</b> В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников. Стр.7</p>	<p><b>Литература:</b> В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников. Стр.7</p>

<p style="text-align: center;"><b>«Бегом за мячом»(цветком)</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Закрепить у детей навык смело входить в воду и передвигаться в ней. Развивать глагодвигательную координацию. Воспитывать смелость, ловкость, дружелюбие.</p>	<p style="text-align: center;"><b>«Белые медведи»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Развивать глагодвигательную координацию, быстроту и точность выполнения задания. Воспитывать ловкость, увертливость.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Играющие встают в одну шеренгу у бортика лицом к воде на расстоянии шага друг от друга. На расстоянии 4-5 м от них в воде плавают предметы (мячи, круги), количество которых равно числу играющих. По сигналу дети бегут за мячами (кругами) и возвращаются на свои места. Выигрывает тот, кто первым займет свое место в шеренге.</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> нельзя забегать за обусловленное место, мешать друг другу, толкаться.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Если водящие размыкают руки, они считаются проигравшими и выходят из игры.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор следит за детьми, поощряет ловких, помогает другим, подбадривает их. Может быть предложен вариант игры, когда мячей в воде меньше, чем детей. Дети должны бежать быстрее, чтобы не остаться без мяча.</p>	<p><b>Примечание:</b> «Медведи» не имеют права 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>«Волны на море»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Помочь детям руками почувствовать сопротивлением воды. Способствовать развитию координации движений, ловкости. Воспитывать самостоятельность, организованность</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> Занимающиеся стоят лицом в круг на расстоянии вытянутых рук. Руки отведены вправо (влево), лежат на поверхности воды, ладони повернуты по направлению движения рук. Одновременно с поворотом туловища дети проносят руки под самой поверхностью воды, в противоположную сторону – образуют волны. Движение продолжается непрерывно то в одну, то в другую сторону.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Во время ныряний нельзя мешать друг другу, отнимать предметы, приталкивать друг друга</p>	<p><b>Правила игры:</b> нельзя опускать руки глубоко в воду.</p>
<p><b>Примечание:</b> Педагогу 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> Для одновременности выполнения упражнения дети вслух приговаривают: «У - ух, у – ух».</p>
<p><b>Литература:</b> В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 134</p>	<p><b>Литература:</b> В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 134</p>

<p style="text-align: center;"><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 style="text-align: center;"><b>«Водяной»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Синхронное взаимодействие между движением и речью, дыхание, темп речи, звукопроизношение.</p>
<p><b>Описание игры:</b> 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><b>Описание игры:</b> Дети стоят в кругу, водяной в центре. Дети идут по кругу и говорят слова, после слов: - выйди, выйди...</p> <p><i>Дедушка - Водяной!</i>  <i>Что сидишь ты под водой?</i>  <i>Выйди, выйди хоть на час.</i>  <i>Угадай кого из нас!</i></p> <p>водяной идет с закрытыми глазами, руки вперед, кого заденет, того и угадывает.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Ходьба в колонне по одному, выполнения движений.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Нельзя открывать глаза «водяному»</p>
<p><b>Примечание:</b> игра проводится 2-3 раза,</p>	<p><b>Примечание:</b> Водящий меняется да - же если он не угадал.</p>
<p><b>Литература</b> К.К. Утробина Занимательная физкультура для дошкольников 3-5 лет стр.31</p>	<p><b>Источник:</b> <a href="http://nsportal.ru">http://nsportal.ru</a></p>

<p style="text-align: center;"><b>«Гудок!»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> обучение погружениям и выдоху в воду.</p>	<p style="text-align: center;"><b>«Гуси»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить детей легко передвигаться в воде..</p>
<p><b>Описание игры:</b> Играющие образуют круг, в середине которого находится педагог. По сигналу дети погружаются в воду с головой и выполняют сильный выдох, сопровождая его звуком «у-у-у-у-у», — «гудок паровоза». По окончании выдоха можно сесть на дно (это может быть условием определения победителя).</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>Ну тогда летите, крылья берегите!</i>  Дети: <i>Серый волк под горой, Не пускает нас домой</i>  <i>Зубы точит, Съест 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> Педагог контролирует правильность выполнения погружений и выдохов в воду. Играющие не должны мешать друг другу, уходить из круга, наклоняться.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Пойманным считается игрок, которого водящий коснулся рукой</p>
<p><b>Примечание:</b> Во время погружений нужно обязательно открывать глаза, смотреть на пузырьки воздуха.</p>	<p><b>Примечание:</b> Следить за тем, чтобы дети не толкались.</p>
<p><b>Литература:</b> В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 134</p>	<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.118</p>

<p style="text-align: center;"><b>«Гонка корабликов»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Закрепить умения правильно работать ногами способом кроль.</p>	<p style="text-align: center;"><b>«Дельфины»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> освоение безопорного положения и движений ногами дельфином.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Дети встают в шеренгу, надевают круги, ложатся на грудь или спину, цепляются руками за соседние круги. По команде все дети начинают дружно работать ногами способом кроль и плывут до противоположного бортика.</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> Нельзя идти по дну бассейна.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Если играющий останавливается, не доплыв до установленной отметки, он вновь принимает положение пловца на старте, выпрыгивает и продолжает движение.</p>
<p><b>Примечание:</b> Следить за правильным положением тела на воде: если на груди, то на круге должен лежать подбородок, если на спине – затылок; тело у поверхности воды; ноги прямые, носки оттянуты, повернуты внутрь.</p>	<p><b>Примечание:</b> По мере освоения движений победителем целесообразно объявлять того, кто не сделает ни одной остановки и первым доплывет до финиша.</p>
<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.136</p>	<p><b>Источник:</b> <a href="http://nsportal.ru">http://nsportal.ru</a></p>

<p style="text-align: center;"><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 style="text-align: center;"><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> 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>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>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> Движения можно выполнять одновременно руками и ногами, а также попеременно.</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> «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>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.131</p>	<p><b>Литература:</b> В.С.Васильев Обучение детей плаванию стр. 89</p>



<p style="text-align: center;"><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 style="text-align: center;"><b>«Жили у бабуси»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить детей дуть на воду. Продолжать учить ориентироваться в пространстве.</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 style="padding-left: 40px;"><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 становится «жучком-паучком».</p>	<p><b>Описание игры:</b> Дети стоят у бортика.</p> <p><b>Жили у бабуси два веселых гуся,</b> ( Дети отходят от бортика  <b>Один белый, другой серый -</b> на середину бассейна)  <b>Два веселых гуся.</b></p> <p><b>Мыли гуся лапки в лужи у канавки.</b> (Дети делают движ.  Руками по воде в разных направлениях)  <b>Один белый, другой серый,</b> (Дети пытаются спрятаться  <b>Спрятались в канавке.</b> под воду)  <b>Ой, кричит бабуся ой, пропали гуся!</b>  <b>Один белый, другой серый -</b> (Дети пытаются спрятаться  <b>Два веселых гуся.</b> под воду)  <b>Выходили гуся, кланялись бабуси</b> (Дети возвращаются к  <b>Один белый, другой серый</b> мелкому бортику и наклоня-  <b>Кланялись бабуси.</b> ются как можно ниже.)</p>
<p><b>Правила игры:</b> Двигаться ровно. Нельзя тянуть друг друга, разрывать круг.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Выполнять движения в такт словам.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор следит, чтобы все дети погружались в воду с головой, подбадривает тех, кто боится это делать. Нужно заинтересовать детей не становиться «жучком-паучком».</p>	<p><b>Примечание:</b> Инструктор отмечает детей которые правильно выполняют движение.</p>
<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.127</p>	<p><b>Литература:</b> В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 27</p>

<i>«Замок»</i>	<i>«Зимние забавы»</i>														
<p><b>Цель игры:</b> Умение выполнять движения в соответствии с текстом. Развивает память и внимания.</p>	<p><b>Цель игры:</b> синхронное взаимодействие между движением, речью и дыханием</p>														
<p><b>Описание игры:</b></p> <table border="0"> <tr> <td><b>Текст</b></td> <td><b>Движения</b></td> </tr> <tr> <td>На двери висит замок,</td> <td>Ритмичные быстрые соединения</td> </tr> <tr> <td>Кто его открыть бы смог?</td> <td>Пальцев в «замок».</td> </tr> <tr> <td>Потянули,</td> <td>Руки потянуть в разные стороны.</td> </tr> <tr> <td>Покрутили,</td> <td>Движения кистями рук к себе, от себя.</td> </tr> <tr> <td>Постучали.</td> <td>Пальцы сцеплены, основаниями ладоней.</td> </tr> <tr> <td>И открыли!</td> <td>Пальцы расцепить, ладони в стороны.</td> </tr> </table>	<b>Текст</b>	<b>Движения</b>	На двери висит замок,	Ритмичные быстрые соединения	Кто его открыть бы смог?	Пальцев в «замок».	Потянули,	Руки потянуть в разные стороны.	Покрутили,	Движения кистями рук к себе, от себя.	Постучали.	Пальцы сцеплены, основаниями ладоней.	И открыли!	Пальцы расцепить, ладони в стороны.	<p><b>Описание игры:</b></p> <p>Возьмем снега мы немножко,  Снежки слепим мы в ладошках.  Дружно ими побросались –  Наши руки и размялись.  А теперь пора творить,  Бабу снежную лепить.  Ком за комом покатали,  Друг на друга водрузили.  Сверху третий, малый ком.  Снег стряхнули с рук потом.</p>
<b>Текст</b>	<b>Движения</b>														
На двери висит замок,	Ритмичные быстрые соединения														
Кто его открыть бы смог?	Пальцев в «замок».														
Потянули,	Руки потянуть в разные стороны.														
Покрутили,	Движения кистями рук к себе, от себя.														
Постучали.	Пальцы сцеплены, основаниями ладоней.														
И открыли!	Пальцы расцепить, ладони в стороны.														
<p><b>Правила игры:</b> Выполнять движения в соответствии с текстом.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Выполнять движения в соответствии с текстом.</p>														
<p><b>Примечание:</b> Инструктор выполняет движение вместе с детьми.</p>	<p><b>Примечание:</b> Инструктор отмечает детей, кто правильно выполняет движения.</p>														
<p><b>Литература:</b> К.К. Утробина Занимательная физкультура для дошкольников 5-7 лет стр.20</p>	<p><b>Литература</b> К.К. Утробина Занимательная физкультура для дошкольников 3-5 лет стр.31</p>														

<p style="text-align: center;"><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 style="text-align: center;"><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> 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>Описание игры:</b></p> <table border="0"> <tr> <td><i>Как приятно в речке плавать!</i></td> <td>(Плавательные движения)</td> </tr> <tr> <td><i>Берег слева, берег справа.</i></td> <td>(Повороты влево, вправо)</td> </tr> <tr> <td><i>Речка лентой впереди.</i></td> <td>(Потягивания руки вперед)</td> </tr> <tr> <td><i>Сверху мостик погляди.</i></td> <td>(Потягивания руки вверх)</td> </tr> <tr> <td><i>Чтобы плыть еще скорей,</i></td> <td></td> </tr> <tr> <td><i>Надо нам грести быстрее.</i></td> <td></td> </tr> <tr> <td><i>Мы работаем руками.</i></td> <td></td> </tr> <tr> <td><i>Кто угонится за нами?</i></td> <td>(Плавательные движения)</td> </tr> <tr> <td><i>А теперь пора нам, братцы,</i></td> <td></td> </tr> <tr> <td><i>На песочке поваляться.</i></td> <td></td> </tr> <tr> <td><i>Мы из речки вылезаем</i></td> <td>(Ходьба на месте)</td> </tr> <tr> <td><i>И на травке отдыхаем.</i></td> <td>(Звездочка на спине)</td> </tr> </table>	<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>	(Звездочка на спине)
<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>	(Звездочка на спине)																								
<p><b>Правила игры:</b> ребенок показывает упражнение после слов «Делаем вот так»</p>	<p><b>Правила игры:</b> Уметь выполнять движения в соответствии с текстом.</p>																								
<p><b>Примечание:</b> Упражнения следует давать в зависимости от подготовленности занимающихся.</p>	<p><b>Примечание:</b> Следить, чтобы дети не толкали друг друга.</p>																								
<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.131</p>	<p><b>Литература:</b> В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников стр.32</p>																								

<b><i>«Крутятся вперед колеса»</i></b>	<b><i>«Космонавт»</i></b>
<b><i>Цель игры:</i></b> Синхронное взаимодействие между движением, речью и дыханием.	<b><i>Цель игры:</i></b> восстановление первичной ЧСС, воспитание терпения и внимания.
<b><i>Описание игры:</i></b> <i>Это трасса мотокросса. Крутятся вперед колеса. Если их назад вращать, Мотоцикл поедет вспять.</i>	<b><i>Описание игры:</i></b> <i>В небе ясном солнце светит, космонавт летит в ракете. (Потягивание руки вверх) А в низу леса, поля – расстилается земля. ( Низкий поклон вперед, руки разведены в стороны.)</i>
<b><i>Правила игры:</i></b> Вращение прямыми руками вперед и назад.	<b><i>Правила игры:</i></b> Нельзя толкать друг друга..
<b><i>Примечание:</i></b> Можно выполнять прямыми и согнутыми руками.	<b><i>Примечание:</i></b> Дети должны стоять на расстоянии друг от друга.
<b><i>Литература:</i></b> В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников стр.34	<b><i>Литература:</i></b> В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников стр.33

<p style="text-align: center;"><b>«Кузнечики»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> развитие ориентировки в воде, эмоциональное воздействие.</p>	<p style="text-align: center;"><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:</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><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>

<i>«Кораблики»</i>	<i>«Караси и щука»</i>
<b>Цель игры:</b> Приучать выполнять в воде движения в разных направлениях, быстро и медленно. Развивать умение ориентироваться в необычных условиях. Воспитывать концентрацию зрительного и слухового внимания	<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.
<b>Описание игры:</b> Дети стоят в колонне по одному. По команде инструктора: « <i>Полный ход!</i> » - Дети бегут по воде, широко размахивая руками. « <i>Тихий ход!</i> » – продвигаются медленно. « <i>Задний ход!</i> » – двигаются спиной вперед.	<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: « <i>Щука плывет!</i> » – дети уплывают к бортику и погружаются в воду до подбородка, а кто может – и глубже.
<b>Правила игры:</b> нужно внимательно слушать сигнал, менять движение только по сигналу. Нельзя толкаться и брызгаться.	<b>Правила игры:</b> дети не должны убежать к бортику раньше сигнала, нельзя толкать друг друга.
<b>Примечание:</b> Следить за движениями детей, поощрять хорошо выполнивших задание. Детей можно построить в шеренгу, в две небольшие колонны.	<b>Примечание:</b> Инструктор, исполняющий роль щуки, не должен слишком быстро бежать за детьми и ловить их. Надо дать возможность всем спрятаться.
<b>Литература:</b> Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 126	<b>Литература:</b> Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 130

<p align="center"><b>« Кто дальше проскользит» 5-7 лет</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Закрепить навыки скольжения на груди и на спине.</p>	<p 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 взяв маленькую игрушку, по одному выполняют скольжения указанным способом. Там, где ребенок остановился, преподаватель кладет на бортик игрушку. Дети сами оценивают качество выполнения данного упражнения. В следующий раз попытаются улучшить свой результат.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Дети выполняют движения в соответствии с текстом. <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> Выполнять скольжение разными способами.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Погружаться под воду с головой</p>
<p><b>Примечание:</b> Следить за правильным исходным положением, силой толчка. Способы скольжения: -Руки впереди; -руки вдоль туловища;-руки на поясе; одна рука впереди , другая вдоль туловища.</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> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.132</p>	<p><b>Литература:</b> Обучение плаванию и аквааэробики в группах оздоровительной направленности ДООУ под ред. Н.В. Микляевой стр. 39</p>

<i>«Лохматый пес»</i>	<i>«Лепестки»</i>
<p><b>Цель игры:</b> Учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения.</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 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><i>И посмотрим: «Что-то будет?»</i></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>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> <b>Вдруг повеял ветерок-</b> (Легкий бег)</p> <p><b>Закружился лепесток.</b> <b>Ветерок их оторвет</b> <b>И на землю вновь вернет.</b> (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 align="center"><b>«Любопытная Варвара»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Синхронное взаимодействие между движением-ем и речью, дыхание, темп речи, звукопроизношение.</p>	<p align="center"><b>«Мамам дружно помогаем»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Синхронное взаимодействие между движением, речью и дыханием.</p>																
<p><b>Описание игры:</b></p> <table border="0"> <tr> <td><b>Текст</b></td> <td><b>Движения</b></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>	<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.	А с него свалилась вниз!	Резко приседают.	<p><b>Описание игры:</b></p> <p>Мамам дружно помогаем: Сами в тазике стираем. И рубашки и носочки Для сыночка и для дочки. (Наклоны вперед, движения руками, имитируя полоскания)</p> <p>Через двор растянем ловка Для одежды три веревки, (Потягивания – руки в стороны)</p> <p>Светит солнышко- ромашка, Скоро высохнут рубашки. (Потягивания – руки вверх)</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.																
А с него свалилась вниз!	Резко приседают.																
<p><b>Правила игры:</b></p>	<p><b>Правила игры:</b> Уметь выполнять движения в соответствии с текстом.</p>																
<p><b>Примечание:</b></p>	<p><b>Примечание:</b> В конце сделать дыхательные упражнения.</p>																
<p><b>Источник:</b> <a href="http://nsportal.ru">http://nsportal.ru</a></p>	<p><b>Литература:</b> В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников стр.39</p>																

<p style="text-align: center;"><b>«Морской бой» 4-7 лет</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Научить детей не бояться брызг.</p>	<p style="text-align: center;"><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. Инструктор внимание, ловкость, точность передвижения.</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> Из числа играющих выбирается медвежонок Умка. Остальные дети – рыбки. Умка делает вид, что спит, а рыбки водят хоровод со словами:  <i>«Рыбки весело плескались В чистой светленькой воде</i>  (свободно гуляют по бассейну),  <i>То завьются</i> (круговые движения руками),  <i>Разовьются</i> (тоже в обратном направлении),  <i>То заплывают в воде</i> (дети разводят руками в разные стороны).  <i>Умка – белый медвежонок – Спрятал мордочку свою.</i>  <i>Нас поймать он очень хочет</i> (дети идут по кругу),  <i>Но покажем нос ему!»</i>  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><b>Правила игры:</b> Нельзя сходить с места.</p>	<p><b>Правила игры:</b> выполнять движения нужно в соответствии с текстом, уплывать только с последними словами.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор следит за правилами игры.</p>	<p><b>Примечание:</b> Инструктор играет вместе с детьми, показывает, какие движения надо делать.</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 129</p>

<p style="text-align: center;"><b><i>Мы веселые ребята»</i></b></p> <p><b>Цель игры:</b> Приучить детей энергично двигаться в воде в разных направлениях.</p>	<p style="text-align: center;"><b><i>« Море волнуется» 3-7 лет.</i></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><i>Мы веселые ребята, Любим плавать и нырять. Ну, попробуй нас догнать! Раз, два, три – лови!</i></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><i>Море волнуется – раз, Море волнуется – два, Море волнуется – три,</i></b></p> <p>И опустив руки на воду, производят движения из стороны в сторону. После слов:</p> <p><b><i>Морская фигура, замри!</i></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>

<b>«Мельница»</b>	<b>«Найти клад» 3-7 лет</b>
<b>Цель игры:</b> Совершенствование бросков мяча, развитие ловкости и внимания.	<b>Цель игры:</b> Учить детей открывать глаза в воде.
<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.	<b>Описание игры:</b> Инструктор разбрасывает тонущие предметы (шайбы, игрушки), предлагает достать эти предметы со дна и принести ему.
<b>Правила игры:</b> Игрок который упустил мяч или бросил его неправильно, выбывает из игры. Побеждает тот, кто остаётся в игре последним	<b>Правила игры:</b> Следить за тем что бы дети погружались в воду и открывали глаза.
<b>Примечание:</b> Инструктор следит за правильностью выполнение бросков.	<b>Примечание:</b> Поощрять детей, которые смогли сразу достать несколько предметов.
<b>Литература:</b> А.В. Кенеман Детские подвижные игры народов СССР стр.123	<b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.124

<p style="text-align: center;"><b>«Найди свой дом»</b>      <b>Январь 4 неделя</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Приучать детей ориентироваться в необычных условиях, внимательно слушать сигналы и действовать в соответствии с ними. Закрепление материала о геометрической форме и цвете. Воспитывать внимание, точность передвижения.</p>	<p style="text-align: center;"><b>«Насос»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> обучение погружениям в воду с головой и выдоху.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Три разных по цвету обруча лежат (плавают) на поверхности воды. Дети делятся на три группы, каждая становится у своего обруча. По сигналу: «Рыбки резвятся!» – дети бегают в разных направлениях, по сигналу: «Найди свой домик!» – они идут или бегут к своим обручам.</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> нельзя толкать друг друга, надо убежать от «домиков» подальше.</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> Сигналы нужно подавать четко, громко, чтобы все дети их слышали.</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> 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.128</p>

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

<p style="text-align: center;"><b>«Не урони шарик (снежок)»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Обучение (совершенствование) построение в колонну. Развитие ловкости.</p> <p><b>Описание игры:</b> 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 style="text-align: center;"><b>«Оса» 3-7 лет</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><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>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>Правила игры:</b> тот, на кого села оса, обязательно должен погрузиться в воду, а, поднявшись из воды, не разрывать круг, не вытирать лицо руками</p>
<p><b>Примечание:</b> Игра повторяется несколько раз, при этом можно нести правой, левой рукой.</p>	<p><b>Примечание:</b> Инструктор, зная особенности детей, сначала опускает осу на более смелых детей, не боящихся погрузиться в воду.</p>
<p><b>Литература:</b> Вавилова Е.Н. Учись бегать, прыгать, лазать метать. Стр. 30</p>	<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.123</p>

<p style="text-align: center;"><b>«Охотники и утки»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> упражнять в погружении в воду с головой.</p>	<p style="text-align: center;"><b>« Поезд в туннель»</b></p> <p style="text-align: center;"><i>Глубина воды по пояс</i></p> <p><b>Цель игры:</b> совершенствовать умение скользить на груди.</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>Описание игры:</b> 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><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>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> Охотники меняются после того, как каждый из них попадет мячом в определенное число уток.</p>	<p><b>Примечание:</b> Педагог должен следить, чтобы изображающие туннель не задерживали ребят под водой.</p>
<p><b>Литература:</b> Белиц-Гейман С.В. Мы учимся плавать М.,1987 . стр.94</p>	<p><b>Литература:</b> М.Д. Маханева Г.В.Баранова «Фигурное плавание в детском саду» Стр.52</p>



<p style="text-align: center;"><b>«Переправа»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> дать почувствовать сопротивление воды для правильного осуществления воды для правильного осуществления гребковых движений рук.</p>	<p style="text-align: center;"><b>«Пузырь»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Приучать двигаться в воде вперед, назад, не бояться воды. Обучение детей погружению и выдоху в воду.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Играющие выстраиваются в одну шеренгу вдоль боковой стенки бассейна на расстоянии вытянутой руки друг от друга. По команде инструктора дети все вместе начинают «переплываться на другой берег». Продвижению в воде дети помогают гребковыми движениями рук, приговаривая хором.</p> <p><b>Дети:</b> Толкаюсь, толкаюсь руками за воду, Вода помогает мне выбрать дорогу.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Дети становятся в круг близко друг к другу, берутся за руки. Вместе с преподавателем произносят:</p> <p style="padding-left: 40px;"><i>Раздувайся пузырь, Раздувайся, большой, Оставайся такой Да не лопайся.</i></p> <p>Дети отходят назад, не разрывая рук, делают большой круг. Дети начинают движения по кругу проговаривая: «Он летел, летел, летел, да за веточку задел. Вот и лопнул». После этих слов нужно остановиться, присесть и выполнить выдох в воду, затем игра начинается снова.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Нельзя толкать друг друга и брызгаться.</p>	<p><b>Правила игры:</b> двигаться назад, вперед, держась за руки. Нельзя толкать друг друга.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор следит, чтобы пальцы рук были сомкнуты. Пояснить различие между гребками рукой с сомкнутыми и разведенными пальцами.</p>	<p><b>Примечание:</b> Инструктор становится в круг вместе с детьми. Произносить текст нужно медленно, четко, привлекая к этому играющих.</p>
<p><b>Литература:</b> М.Д. Маханева Г.В.Баранова «Фигурное плавание в детском саду» Стр.53</p>	<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.122</p>

<b>«Парк аттракционов»</b>	<b>«Рыбаки»</b>																		
<b>Цель игры:</b> обучение движению движения в соответствии с текстом.	<b>Цель игры:</b> Совершенствование построение в круг, развитие ловкости и координации движения.																		
<p><b>Описание игры:</b> Дети стоят парами по всему залу.</p> <table border="0"> <tr> <td data-bbox="165 395 629 432"><b>Текст</b></td><td data-bbox="629 395 1131 432"><b>Движения</b></td></tr> <tr> <td data-bbox="165 432 629 520">Мы на карусели сели, Завертели карусели.</td><td data-bbox="629 432 1131 520">Держась за руки, кружиться.</td></tr> <tr> <td data-bbox="165 520 629 560">Пересели на качели.</td><td data-bbox="629 520 1131 560">Держась за руки: один игрок</td></tr> <tr> <td data-bbox="165 560 629 600">То вниз, то вверх летели.</td><td data-bbox="629 560 1131 600">Стоит, другой приседает.</td></tr> <tr> <td data-bbox="165 600 629 639">А теперь с тобой вдвоём</td><td data-bbox="629 600 1131 639">Держась за руки, качаться:</td></tr> <tr> <td data-bbox="165 639 629 679">Мы на лодочке плывем.</td><td data-bbox="629 639 1131 679">Вправо-влево, вперед-назад.</td></tr> <tr> <td data-bbox="165 679 629 719">Мы на берег выйдем с лодки,</td><td data-bbox="629 679 1131 719"></td></tr> <tr> <td data-bbox="165 719 629 759">И поскачем по лужайке,</td><td data-bbox="629 719 1131 759"></td></tr> <tr> <td data-bbox="165 759 629 799">Будто зайки, будто зайки.</td><td data-bbox="629 759 1131 799">Прыжки на двух ногах.</td></tr> </table>	<b>Текст</b>	<b>Движения</b>	Мы на карусели сели, Завертели карусели.	Держась за руки, кружиться.	Пересели на качели.	Держась за руки: один игрок	То вниз, то вверх летели.	Стоит, другой приседает.	А теперь с тобой вдвоём	Держась за руки, качаться:	Мы на лодочке плывем.	Вправо-влево, вперед-назад.	Мы на берег выйдем с лодки,		И поскачем по лужайке,		Будто зайки, будто зайки.	Прыжки на двух ногах.	<p><b>Описание игры:</b> Играющие становятся в круг. Они рыбаки. Водящий показывает им движения рыбаков: тянут сети, вынимают рыбу, гребут веслами и т.д.</p>
<b>Текст</b>	<b>Движения</b>																		
Мы на карусели сели, Завертели карусели.	Держась за руки, кружиться.																		
Пересели на качели.	Держась за руки: один игрок																		
То вниз, то вверх летели.	Стоит, другой приседает.																		
А теперь с тобой вдвоём	Держась за руки, качаться:																		
Мы на лодочке плывем.	Вправо-влево, вперед-назад.																		
Мы на берег выйдем с лодки,																			
И поскачем по лужайке,																			
Будто зайки, будто зайки.	Прыжки на двух ногах.																		
<b>Правила игры:</b> Дети стоят парами по всему залу и выполняют движения в соответствии с текстом. Дети должны постоянно держаться на определенном расстоянии, что бы не мешать друг с другу.	<b>Правила игры:</b> Кто из играющих повторит движение не правильно тот выходит из игры.																		
<b>Примечание:</b> инструктор отмечает детей, кто соблюдает правила и не торопиться.	<b>Примечание:</b> Инструктор отмечает детей которые стараются и выполняют правильно.																		
<b>Литература:</b> К.К. Утробина Занимательная физкультура для дошкольников 5-7 лет стр.32	<b>Литература:</b> А.В. Кенеман Детские подвижные игры народов СССР стр.107																		

<p style="text-align: center;"><b>«Стрела»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить принимать безопорное положение на воде и скользить по ней.</p>	<p style="text-align: center;"><b>«Спрячься в воду»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> совершенствование погружений с головой, развитие ориентировки в воде.</p>
<p><b>Описание игры:</b> 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><b>Описание игры:</b> Играющие образуют круг. Ведущий занимает место в середине круга и вращает большой легкий мяч, подвешенный на шнурке, над головами играющих. Чтобы не быть задетым мячом, нужно быстро погрузиться в воду с головой. Побеждает тот участник, которого мяч не коснется ни разу.</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> Побеждает тот участник, которого мяч не коснется ни разу.</p>
<p><b>Примечание:</b> Инструктор отмечает детей кто дальше проскользнул.</p>	<p><b>Примечание:</b> По ходу игры темп вращения мяча меняется— от очень медленного к быстрому и очень быстрому, что регламентируется уровнем подготовленности детей. Играющим нельзя отходить в стороны, наклоняться и т. д. Один из вариантов этой игры — выполнять погружения с выдохом в воду.</p>
<p><b>Литература:</b> В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 145</p>	<p><b>Литература:</b> Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева Т.Л.Богина Обучение плаванию в детском саду стр 131</p>

<i><b>«Сердитая рыбка»</b></i>	<i><b>«Снеговик»</b></i>
<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.	<b>Цель игры:</b> развитие внимательности, сообразительности, памяти, наблюдательности, ловкости, быстроты реакции.
<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: <i>«Сердитая рыбка тихо лежит,  Сердитая рыбка, наверное, спит.  Подойдем мы к ней, разбудим  И посмотрим, что же будет.»</i> Рыбка начинает ловить детей, дети разбегаются, рыбка гонится за ними. Затем рыбка возвращается на место. Игра повторяется с новым водящим.	<b>Описание игры:</b> Дети обыгрывают стихотворение, а затем показывают, как таял снеговик. <i>Среди нашего двора  Снеговик стоял вчера.  Сами мы его слепили,  Нос - морковку не забыли,  А сегодня за окном  Потекли ручьи кругом.</i>
<b>Правила игры:</b> выполнять движения в соответствии с текстом, убегая от сердитой рыбки, не толкать друг друга.	<b>Правила игры:</b> Дети обыгрывают стихотворение, а затем показывают, как таял снеговик.
<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.	<b>Примечание:</b> Инструктор отмечает детей, которые справились с заданием.
<b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.118	<b>Источник:</b> <a href="http://nsportal.ru">http://nsportal.ru</a>

<p style="text-align: center;"><b>«Сомбреро»</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>«Самолеты»</b></p>
<p><b>Цель игры:</b> Учить детей подныривать под предмет.</p>	<p><b>Цель игры:</b> Учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга.</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>Описание игры:</b> Дети стоят у бортика бассейна это аэродром. Дети – летчики. «Летчики к полету готовы?» - спрашивает инструктор. Дети отвечают: «Готовы!» «Заводи мотор!» - говорит инструктор. Дети вертят правой рукой, будто заводят мотор, произнося «тр-тр-р». Инструктор можно лететь. «Летчики» на самолетах летают по всему бассейну. Инструктор говорит – «На посадку». Все возвращаются на аэродром. Затем снова даётся сигнал к полету и игра повторяется.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Нельзя «Шляпу» поддерживать руками.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Нельзя толкать друг друга и нырять под воду.</p>
<p><b>Примечание:</b> Можно на воду положить столько кругов, сколько играющих, и провести соревнование «Кто первый наденет «Шляпу».</p>	<p><b>Примечание:</b> Для отдыха детей, когда они сели на скамеечки. Можно проверить шины, закачать топливо.</p>
<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.124</p>	<p><b>Литература:</b> Э.Я.Степаненкова Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет стр.22</p>

<b>«Торпеды»</b>	<b>«Щука»</b>
<b>Цель игры:</b> освоение и совершенствование скольжений.	<b>Цель игры:</b> Учить детей смело погружаться в воду, помочь осваивать погружение с головой.
<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.	<b>Описание игры:</b> 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..
<b>Правила игры:</b> Определять победителя могут сами дети, отмечая расстояние, которое про скользят их товарищи. Во время скольжения нельзя мешать друг другу.	<b>Правила игры:</b> Водящий не должен поворачиваться лицом к бассейну раньше подачи сигнала.
<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.	<b>Примечание:</b> Глубина воды по пояс. Водящего назначает инструктор или сам может быть водящим. При повторении игры за рыбками могут выплывать одновременно 2-3 щуки.
<b>Литература:</b> Литература: В.С.Васильев Обучение детей плаванию стр. 93	<b>Литература:</b> М.Д. Маханева Г.В.Баранова «Фигурное плавание в детском саду» Стр.58

<p style="text-align: center;"><b>«Усатый сом» 3-7 лет</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Совершенствовать у детей умение ориентироваться в воде.</p>	<p style="text-align: center;"><b>«Удочка» 5-7 лет</b></p> <p><b>Цель игры:</b> учить детей быстро погружаться в воду, задерживать дыхание на вдохе.</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 середине бассейна.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Дети выстраиваются в шеренгу. После слов «Ловись, рыбка, большая и маленькая!» инструктор начинает «ловить рыбу» с помощью удочки, с закрепленным на леске надувным мячом.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Играющие не должны мешать друг другу и не толкаться.</p>	<p><b>Правила игры:</b> Те дети которых коснулся мяч выбывают из игры.</p>
<p><b>Примечание:</b> Следить что бы дети не толкали друг друга.</p>	<p><b>Примечание:</b> Следить что бы дети не толкали друг друга.</p>
<p><b>Литература:</b> В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДООУ стр. 145</p>	<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.125</p>

<p style="text-align: center;"><b>«Чья игрушка впереди » 3-7 лет</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить детей многократно выполнять выдох.</p>	<p style="text-align: center;"><b>«Хоровод»</b></p> <p><b>Цель игры:</b> Учить детей погружаться с головой. Развивать умение переходить от одного вида движений к другим. Воспитывать смелость, ловкость, активность, желание играть.</p>
<p><b>Описание игры:</b> Дети становятся в шеренгу, приседают, руки сцепляют за спиной. Перед каждым участником игры на воду кладут теннисный мячик. По команде преподавателя дети начинают дуть на шарик, продвигаться вперед. Выигрывает тот, кто быстрее дойдет до финишной линии.</p>	<p><b>Описание игры:</b> Играющие, взявшись за руки, образуют круг. Медленно передвигаясь по кругу, они хором произносят:</p> <p style="text-align: center;"><b>«Мы идем, идем, Хоровод ведем, Сосчитаем до пяти. Ну, попробуй нас найти!»</b></p> <p>После чего хоровод останавливается, дети хором считают до пяти и отпускают руки. При счете <b>«пять»</b> все одновременно погружаются с головой, после чего выпрямляются. Игра продолжается, хоровод движется в другую сторону.</p>
<p><b>Правила игры:</b> Нельзя ложиться на воду, брать шарик рукой.</p>	<p><b>Правила игры:</b> проигравшим считается тот, кто не погрузился с головой в воду.</p>
<p><b>Примечание:</b></p>	<p><b>Примечание:</b> При повторении игры можно использовать речитатив: «Раз, два, три, четыре, пять – вот мы спрячемся опять». Можно предложить детям под водой считать про себя до пяти. Тогда по правилам игры, выпрямляться будет, разрешено, только сосчитав под водой до пяти.</p>
<p><b>Литература:</b> А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Стр.129</p>	<p><b>Литература:</b> В.И. Канидова Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ стр. 146</p>



