

Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение детский сад общеобразовательного вида
«Золотой ключик» с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей

Картотека подвижных игр в бассейне для детей 3-7 лет

**Подготовил: инструктор по ФК
Салмина К.А.**

Г. Пыть-Ях

2023 г.

Подвижные игры в бассейне для детей 3-4 лет

№	Название игры	Цель	Основные виды движений	Правила	ОМУ
1	Маленькие и большие ножки.	1. Помочь детям освоиться в воде. 2. Воспитывать смелость, самостоятельность, дружелюбие.	Ходьба, бег	Дети образуют круг и подражают движениям инструктора. Он говорит: «Маленькие ножки бежали по дорожке», при этом быстро-быстро притопывает, приговаривая: «Топ, топ, топ!». Затем, замедляя движение, медленно произносит: «Большие ноги шли по дороге – топ, топ, топ», высоко поднимает колени и топает так, чтобы появились брызги. ПРАВИЛА: Нельзя толкать друг друга и брызгаться.	Инструктор следит, чтобы дети выполняли движения все вместе, не боялись воды, подбадривает малышей.
2	Рыбки резвятся.	1. Приучать детей выполнять разные движения в воде, не бояться воды. 2. Развивать умение действовать по сигналу. 3. Воспитывать смелость, положительные эмоции от воды.	Прыжки	По сигналу инструктора: «Рыбки резвятся» дети подпрыгивают на двух ногах. По сигналу: «Рыбки отдыхают» – присаживаются на корточки. Можно разрешить прыжки на двух ногах с последующим падением в воду. ПРАВИЛА: 1). Внимательно слушать инструктора. 2). Выполнять движения по сигналу. 3). Нельзя толкать друг друга.	Детей можно поставить в круг или предложить стать свободно около инструктора. Помогать детям преодолеть страх перед водой, подбадривать несмелых.
3	Поймай воду.	1. Научить детей сжимать пальцы рук, делать «ложечку». 2. Развивать тонкую моторику кисти, глазоувидательную координацию. 3. Воспитывать		Играющие стоят на месте в одной шеренге или в кругу. По команде: «Поймай воду!» – они вытягивают руки вперед, опускают в воду, соединяют под водой кисти рук, сжимают пальцы. Зачерпнув воду, дети поднимают руки над поверхностью. Инструктор проверяет наличие воды в руках. ПРАВИЛА: вода не должна вытекать из рук.	Если вода течет из рук, инструктор говорит: «О, какое решето, через него вся вода выбежала! Ну-ка, зачерпни водичку»

		концентрацию зрительного внимания.			еще раз». Дети самостоятельно контролируют правильность положения пальцев рук.
4	Волны на море.	<p>1. Помочь детям руками почувствовать сопротивлением воды.</p> <p>2. Способствовать развитию координации движений, ловкости.</p> <p>3. Воспитывать самостоятельность, организованность.</p>		<p>Дети 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 пронесут руки под самой поверхностью воды, в противоположную сторону – образуют волны. Движение продолжается непрерывно то в одну, то в другую сторону.</p> <p>ПРАВИЛА: нельзя опускать руки глубоко в воду.</p>	<p>Для одновременности выполнения упражнения дети вслух приговаривают: «У - ух, у – ух».</p>
5	Догоните меня.	<p>1. Научить детей передвижению в разных направлениях, преодолевая сопротивление воды.</p> <p>2. Развивать умение ориентироваться в необычных условиях.</p> <p>3. Воспитывать смелость, инициативу.</p>	Бег	<p>Дети стоят вместе с педагогом у бортика. Инструктор отходит и предлагает догнать его. У противоположной стороны бассейна он останавливается и встречает детей, подбадривает тех, кто испытывает затруднения.</p> <p>ПРАВИЛА: нельзя наталкиваться друг на друга.</p>	<p>Первое время инструктор не должен быстро отходить от детей, пока они не освоились в воде. При многократном повторении игры инструктор может предложить детям убежать, а сам будет ловить их. При этом не следует торопиться, надо дать детям</p>

					возможность спокойно добраться до своего места.
6	Солнышко и дождик.	1. Приучать детей не бояться воды, передвигаться, не держась, друг за друга, и не толкаясь. 2. Развивать умение ориентироваться в воде. 3. Воспитывать быстроту и точность передвижения; чувство партнерства, дружелюбия	Ходьба, бег	Дети стоят у бортика, с одной стороны. По сигналу инструктора: «Солнышко – можно гулять!» – дети ходят в разных направлениях по бассейну. Затем инструктор говорит: «Дождик!» и брызгает на детей водой. Дети убегают к бортику. ПРАВИЛА: начинать движения нужно по сигналу инструктора, нельзя толкать друг друга.	Инструктор приглашает гулять всех. Не слишком сильно брызгать на детей, чтобы не напугать их.
7	Переправа.	1. Дать почувствовать сопротивление воды для правильного выполнения гребковых движений рук. 2. Развивать Глазодвигательную координацию. 3. Воспитывать смелость, дружелюбие.	Ходьба, бег	Играющие выстраиваются в одну шеренгу вдоль боковой стенки бассейна на расстоянии вытянутой руки друг от друга. По команде инструктора они все вместе начинают «переправляться на другой берег». Продвижению в воде дети помогают гребковыми движениями рук, приговаривая: «Толкаюсь, толкаюсь руками о воду, Вода помогает мне выбрать дорогу». ПРАВИЛА: нельзя толкать друг друга и брызгаться.	Следить, чтобы пальцы рук были сомкнуты. Пояснить различие между гребками рукой с сомкнутыми и разведенными пальцами.
8	Найди свой домик.	1. Приучать детей ориентироваться в необычных условиях, внимательно слушать сигналы и действовать в соответствии с ними.	Бег	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.	Сигналы нужно подавать четко, громко, чтобы все дети их слышали.

		<p>2. Закрепление материала о геометрической форме и цвете.</p> <p>3. Воспитывать внимание, точность передвижения.</p>		<p>ПРАВИЛА: нельзя толкать друг друга, надо убежать от «домиков» подальше.</p>	
9	Кораблики.	<p>1. Приучать выполнять в воде движения в разных направлениях, быстро и медленно.</p> <p>2. Развивать умение ориентироваться в необычных условиях.</p> <p>3. Воспитывать концентрацию зрительного и слухового внимания.</p>	Бег, ходьба	<p>Дети стоят в колонне по одному. По команде инструктора: «Полный ход!» - Дети бегут по воде, широко размахивая руками. «Тихий ход!» – продвигаются медленно. «Задний ход!» – двигаются спиной вперед.</p> <p>ПРАВИЛА: нужно внимательно слушать сигнал, менять движение только по сигналу. Нельзя толкаться и брызгаться.</p>	<p>Следить за движениями детей, поощрять хорошо выполнивших задание.</p> <p>Детей можно построить в шеренгу, в две небольшие колонны.</p>
10	Найди себе пару.	<p>1. Приучать детей ориентироваться в необычных условиях.</p> <p>2. Упражнять в ходьбе парами.</p> <p>3. Воспитывать внимание, точность и быстроту передвижения.</p>	Ходьба, бег	<p>Дети ходят по бассейну в разных направлениях. По сигналу: «Найди себе пару!» – они становятся в пары (с кем им хочется), берутся за руки и идут в парах.</p> <p>ПРАВИЛА:</p> <p>1). Дети выбирают пару по своему желанию.</p> <p>2). Нельзя тянуть друг друга, толкать.</p>	<p>Не торопиться подавать сигналы. Дать возможность детям самим стать в пары.</p> <p>При необходимости оказывать им помощь. При повторении игры детям можно раздать цветные пластмассовые шары.</p>

					«Найди себе пару!» – дети, у которых шары одинакового цвета, становятся в пары. Затем по сигналу они снова разбегаются. Во время бега шары надо держать поднятыми вверх.
11	Море волнуется.	1. Помочь детям освоиться в воде, ознакомиться с сопротивлением воды. 2. Развивать умение самостоятельно передвигаться в воде. 3. Воспитывать умение ориентироваться в необычных условиях.	Бег	Дети стоят в колонне по одному. По команде инструктора: «Море волнуется!» – они разбегаются в произвольном направлении (их «разгоняет ветер»), производят любые движения руками, окунаются. Когда инструктор произнесет: «Ветер стих, море успокоилось!», дети должны быстро занять свои места в колонне. ПРАВИЛА: инструктор говорит: «Раз, два, три – вот на место встали мы». Не нашедший за это время своего места ребёнок в колонне отмечается инструктором как невнимательный.	Можно использовать построение в круг, в одну шеренгу.
12	Карусели. (I вариант)	1. Приучать детей двигаться по кругу, не бояться воды. 2. Развивать динамическую координацию, точность передвижения. 3. Воспитывать смелость,	Ходьба, бег	Дети становятся в круг и берутся за руки. По сигналу инструктора они начинают движение по кругу, постепенно ускоряя шаг. Вместе с инструктором дети произносят: Еле – еле, еле – еле Закружились карусели, А потом, потом, потом – Все бегом, бегом, бегом! Дети бегут по кругу. Затем инструктор произносит: «Тише, тише, не спешите,	

		самостоятельность, организованность.		Карусель остановите! Раз – два, раз – два, Вот и кончилась игра!» Дети останавливаются. ПРАВИЛА: выполнять движения в соответствии с текстом, не тянуть товарища.	
13	Пузырь.	1. Приучать двигаться в воде вперед, назад, не бояться воды. 2. Автоматизация звука (Ш) в слогах и тексте. 3. Развивать динамическую координацию 4. Воспитывать точность передвижения (в соответствии с текстом), ловкость, смелость.	Ходьба	Дети становятся в круг близко друг к другу, берутся за руки. Вместе с инструктором произносят: Раздувайся пузырь, Раздувайся, большой, Оставайся такой Да не лопайся. Дети отходят назад, не разрывая рук, делают большой круг. После слов преподавателя «Лопнул пузырь!» – дети двигаются к центру, произнося звук «ш – ш – ш» («воздух выходит»). Затем дети снова «надувают пузырь» – отходят назад. ПРАВИЛА: двигаться назад, вперед, держась за руки. Нельзя толкать друг друга.	Инструктор становится в круг вместе с детьми. Произносить текст нужно медленно, четко, привлекая к этому играющих. При повторении игры на слова: «Лопнул пузырь!» – дети могут присесть в воду.
14	Принеси мяч.	1. Приучать детей двигаться в воде в разных направлениях. 2. Развивать умение преодолевать сопротивление воды. 3. Воспитывать желание активно заниматься, ловкость, быстроту передвижения, дружелюбие.	Ходьба, бег, ловля мяча	Дети становятся вдоль одной из сторон бассейна. Инструктор показывает яркие мячи, затем бросает их в воду и предлагает детям поймать. Дети передвигаются по воде за мячами, ловят их и приносят инструктору, игра повторяется. ПРАВИЛА: начинать ловить мячи нужно по сигналу инструктора. Нельзя толкаться и брызгаться.	Мячи не следует разбрасывать слишком далеко от детей. Можно использовать для игры другие надувные игрушки.

15	Мячики.	<p>1. Приучать детей подпрыгивать в воде, не бояться брызг.</p> <p>2. Развивать умение ориентироваться в воде, внимание, комбинаторику движений.</p> <p>3. Воспитывать точность передвижения, концентрацию зрительного и слухового внимания.</p>	Прыжки, бег	<p>Инструктор начинает играть с одним ребенком. Положив руку на голову ребенка, он предлагает ему попрыгать, как мячик. Ребенок подпрыгивает, а преподаватель подбадривает малыша. Затем предлагает попрыгать, как мячики, всем детям.</p> <p>ПРАВИЛА: нельзя толкаться и брызгаться.</p>	<p>Во время игры инструктор может считать прыжки, по окончании прыжков сказать: «Укатились мячики», после чего дети убегают к бортику.</p>
16	Лодочки плывут.	<p>1. Приучать детей передвигаться в воде друг за другом, не бояться воды.</p> <p>2. Выработка синергичной работы рук и ног.</p> <p>3. Воспитывать смелость, инициативу, внимание.</p>	Ходьба, бег, ориентировка в пространстве	<p>Дети входят в воду, становятся друг за другом вдоль бортика. По сигналу: «Поплыли лодочки!» – дети двигаются друг за другом, разгребая воду руками, как веслами. Лодочки плывут сначала медленно, затем быстрее.</p> <p>ПРАВИЛА: соблюдать направление, нельзя наталкиваться друг на друга.</p>	<p>Инструктор следит, чтобы дети не отставали, двигались смелее. При повторном проведении игры можно предложить им двигаться в разных направлениях. По сигналу: «Лодочки плывут к берегу!» – дети становятся у бортика.</p>
17	Бегом за мячом.	<p>1. Закрепить у детей навык смело входить</p>	Бег, ориентировка	<p>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),</p>	<p>Инструктор следит за детьми, поощряет ловких,</p>

		<p>в воду и передвигаться в ней.</p> <p>2. Развивать глазодвигательную координацию.</p> <p>3. Воспитывать смелость, ловкость, дружелюбие.</p>	<p>в пространстве</p>	<p>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>ПРАВИЛА: нельзя забегать за обусловленное место, мешать друг другу, толкаться.</p>	<p>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>
18	Сердитая рыбка.	<p>1. Приучать детей смело передвигаться в воде, менять направление, быстроту движения.</p> <p>2. Развивать ритмичность ходьбы, общую координацию.</p> <p>3. Воспитывать желание выполнять упражнения в воде; положительные эмоции.</p>	<p>Бег, ходьба</p>	<p>Инструктор или один из детей изображает сердитую рыбку.</p> <p>Она находится у противоположного бортика, дети тихонько подходят к ней, а инструктор в это время говорит:</p> <p>«Сердитая рыбка тихо лежит, Сердитая рыбка, наверное, спит. Подойдем мы к ней, разбудим И посмотрим, что же будет.</p> <p>Рыбка начинает ловить детей, дети разбегаются, рыбка гонится за ними. Затем рыбка возвращается на место.</p> <p>Игра повторяется с новым водящим.</p> <p>ПРАВИЛА: выполнять движения в соответствии с текстом, убегая от сердитой рыбки, не толкать друг друга.</p>	<p>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>
19	Медвежонок Умка и рыбки	<p>1. Приучать детей двигаться по кругу в разных направлениях, взявшись за руки.</p> <p>2. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом.</p>	<p>Бег, ходьба</p>	<p>Из числа играющих выбирается медвежонок Умка. Остальные дети – рыбки. Умка делает вид, что спит, а рыбки водят хоровод со словами:</p> <p>«Рыбки весело плескались В чистой светленькой воде (свободно гуляют по бассейну), То завьются (круговые движения руками),</p>	<p>Инструктор играет вместе с детьми, показывает, какие движения надо делать.</p>

		3. Воспитывать внимание, ловкость, точность передвижения.		<p>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!»</p> <p>После этих слов ребята уплывают, кто, как может, а Умка догоняет их. Дотронувшись до 3-4 ребят, Умка возвращается на место. Преподаватель или Умка выбирают нового водящего, и игра продолжается.</p> <p>ПРАВИЛА: выполнять движения нужно в соответствии с текстом, уплывать только с последними словами.</p>	
--	--	---	--	---	--

Подвижные игры в бассейне для детей 4-5 лет

№	Название игры	Цель	Основные виды движений	Правила	ОМУ
1	Фонтан.	<p>1. Научить детей не бояться брызг воды, не отворачиваться от них.</p> <p>2. Развивать силу мышц ног.</p> <p>3. Воспитывать смелость, активность, организованность.</p>		<p>Держась за руки, играющие образуют круг. Они стоят лицом в круг, опускают руки, принимают положение упора лежа сзади. По сигналу все одновременно начинают движения ног кролем, поднимают фонтан брызг. Игра повторяется несколько раз.</p> <p>ПРАВИЛА: нельзя отворачиваться от брызг. Пятиться назад, вставать.</p>	<p>ВАРИАНТ: игра может проводиться и как упражнение для овладения движениями ног при плавании кролем. При этом дети следят, чтобы брызг не было, а на поверхности воды показывались только пальцы ног.</p>

2	Караси и щука (I вариант)	<p>1. Учить детей смело погружаться в воду, помочь осваивать погружения с головой.</p> <p>2. Развивать координированную работу рук и ног при передвижении.</p> <p>3. Воспитывать быстроту и точность реакции на сигнал; ловкость.</p>	Бег	<p>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 до подбородка, а кто может – и глубже.</p> <p>ПРАВИЛА: дети не должны убежать к бортику раньше сигнала, нельзя толкать друг друга.</p>	Инструктор, исполняющий роль щуки, не должен слишком быстро бежать за детьми и ловить их. Надо дать возможность всем спрятаться.
3	Поезд в туннель (I вариант).	<p>1. Учить детей погружаться в воду с головой.</p> <p>2. Обогащать двигательный опыт детей в необычных условиях.</p> <p>3. Воспитывать смелость, ловкость, внимание, точность передвижения.</p>	Ходьба Подлезание	<p>Играющие выстраиваются в колонну по одному и, положив руки на пояс друг другу, изображают поезд. Колонна движется шагом. Двое ребят, стоя лицом друг к другу и держась за руки, образуют туннель. Чтобы проехать через него, дети, изображающие поезд, поочередно погружаются с головой в воду. После того как все вагоны проедут, изображавшие туннель пристраиваются к концу колонны, а двое первых ребят из поезда образуют новый туннель. Игра продолжается.</p> <p>ПРАВИЛА:</p> <p>1) не толкать друг друга.</p> <p>2). Встречное движение запрещается – в туннеле одна колея. Может произойти крушение.</p>	Инструктор должен следить, чтобы изображающие туннель не задерживали ребят под водой.
4	Спрячемся под воду.	<p>1. Упражнять в погружении в воду с головой.</p> <p>2. Развивать</p>		<p>Играющие, взявшись за руки, образуют круг. По сигналу: «Спрячемся под воду!» – дети приседают, погружаются в воду с головой, не разнимая рук.</p>	

		смелость, дружелюбие, положительные эмоции при взаимодействии с водой		ПРАВИЛА: дети не должны разнимать руки, вытирать лицо после подъема из воды.	
5	Оса.	1. Приучать погружаться в воду с головой, не бояться воды. 2. Развивать Глазодвигательную координацию, быстроту и точность выполнения задания. 3. Воспитывать ловкость, увертливость.		Играющие образуют круг. Инструктор находится в центре круга. У него в руках удилище, к которому веревкой привязан бантик из поролона. Преподаватель поочередно или выборочно старается посадить на кого-нибудь осу. Игроки, спасаясь от осы, погружаются в воду с головой. ПРАВИЛА: тот, на кого села оса, обязательно должен погрузиться в воду, а, поднявшись из воды, не разрывать круг, не вытирать лицо руками	Инструктор, зная особенности детей, сначала опускает осу на более смелых детей, не боящихся погрузиться в воду.
6	Жучок – паучок.	1. Упражнять детей в погружении в воду с головой. 2. Развивать умение передвигаться в соответствии с текстом. 3. Воспитывать быстроту реакции на сигнал; способность ориентироваться в воде.	Ходьба	Играющие, взявшись за руки, идут по кругу. В центре круга встает водящий – жучок – паучок. Играющие произносят такие слова: Жучок – паучок вышел на охоту, Жучок – паучок вышел на охоту. Не зевай, поспевай, Прячьтесь все под воду. С последними словами все приседают, погружаясь с головой в воду. ПРАВИЛА: 1). Двигаться ровно. 2). Нельзя тянуть друг друга, разрывать круг.	Инструктор назначает водящего. Следит, чтобы все дети погружались в воду с головой, подбадривает тех, кто боится это делать.
7	Хоровод.	1. Учить детей погружаться с головой.	Ходьба	Играющие, взявшись за руки, образуют круг. Медленно передвигаясь по кругу, они хором произносят:	При повторении игры можно использовать речитатив:

		<p>2. Развивать умение переходить от одного вида движений к другим.</p> <p>3. Воспитывать смелость, ловкость, активность, желание играть.</p>		<p>«Мы идем, идем, Хоровод ведем, Сосчитаем до пяти. Ну, попробуй нас найти!»</p> <p>После чего хоровод останавливается, дети хором считают до пяти и отпускают руки. При счете «пять» все одновременно погружаются с головой, после чего выпрямляются. Игра продолжается, хоровод движется в другую сторону.</p> <p>ПРАВИЛА: проигравшим считается тот, кто не погрузился с головой в воду.</p>	<p>«Раз, два, три, четыре, пять – вот мы спрячемся опять».</p> <p>Можно предложить детям под водой считать про себя до пяти. Тогда по правилам игры, выпрямляться будет, разрешено, только сосчитав под водой до пяти.</p>
8	Щука.	<p>1. Учить детей смело погружаться в воду, а также осваивать погружение в воду с головой.</p> <p>2. Развивать умение самостоятельно ориентироваться в воде, четко выполнять задания.</p> <p>3. Воспитывать смелость, выдержку, активность.</p>	Ходьба, бег	<p>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 плывет!» – дети останавливаются и погружаются в воду до подбородка. Щука (водящий) внимательно следит за выполнением задания. Рыбка, которая неправильно выполнила задание, щука уводит к себе.</p> <p>Пойманный становится щукой. Игра повторяется 3-4 раза. За рыбками всякий раз выплывает уже другая щука.</p> <p>ПРАВИЛА: водящий не должен поворачиваться лицом к бассейну раньше подачи сигнала.</p>	<p>Водящего назначает инструктор или сам может быть водящим. При повторении игры за рыбками могут выплывать одновременно 2-3 щуки.</p>
9	Достань игрушку.	<p>1. Показать, что вода прозрачная, через нее видны игрушки.</p> <p>2. Приучать опускать руки глубоко в воду, не бояться</p>	Ходьба, бег	<p>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>ПРАВИЛА:</p> <p>1). Начинать движения по сигналу;</p>	<p>Вначале опускать игрушки на мелком месте, при повторении игры – на более глубоком. Подбадривать</p>

		погрузиться в воду с головой. 3. Воспитывать смелость, самостоятельность, активность.		2). Доставать игрушки по одной; 3). Нельзя отнимать их у товарищей, толкать друг друга.	детей, помогать робким.
10	Брод.	1. Научить рассматривать предметы в воде. 2. Развивать умение самостоятельно ориентироваться под водой. 3. Воспитывать смелость, ловкость; навык владения своим телом в воде.		Дети стоят в колонне по одному. Поочередно передвигаются на руках по дну вперед с одного берега на другой, ориентируясь по предметам, разложенным на дне (камни, тарелки и т.д.). Для того чтобы проверить правильность передвижения, дети неоднократно опускают голову в воду, отыскивая следующую вежу на своем пути.	Лучше всего для каждого играющего несколько изменить расположение предметов на дне. Одновременно следует использовать 4-5- предметов, на расстоянии до 1 м.
11	Смелые ребята.	1. Научить погружаться с головой в воду с открытыми глазами. 2. Способствовать развитию общей координации. 3. Воспитывать способность ориентироваться в воде.		Дети стоят в кругу, держась за руки, хором произносят: «Мы ребята смелые, Смелые, умелые, Если захотим – Через воду поглядим. Затем опускают руки и на все вместе погружаются в воду с открытыми глазами. Игра повторяется 3-4 раза.	Для контроля выполнения можно предлагать детям рассмотреть какой-либо предмет в воде или проводить игру в построении по парам лицом друг к другу.
12	Нырни в обруч.	1. Учить погружаться в воду с открыванием глаз и скольжением.		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	Инструктор следит за правильностью выполнения задания, подбадривает робких детей.

		2. Развивать точность передвижения. 3. Воспитывать смелость, активность, самостоятельность.		двигаются дальше. Когда все пройдут сквозь обруч, игра повторяется. ПРАВИЛА: 1). Идти друг за другом. 2). Нельзя наталкиваться, хватать, топить друг друга.	
13	Хождение по дну.	1. Помочь детям освоиться в воде. 2. Воспитывать смелость, самостоятельность, дружелюбие.	Ходьба, бег	Дети стоят по росту, впереди самый маленький. Уровень воды по пояс или по грудь. - "ходьба по скале": дети идут друг за другом перебирая руками по борту. - "ледокол": то же, выставив одну руку вперед. - "лодочка на веслах": то же, помогая гребковыми движениями руками. - "на парусе": то же, идя на носочках и бесшумно. ПРАВИЛА: Нельзя толкать друг друга и брызгаться.	Инструктор следит, чтобы дети выполняли движения все вместе, не боялись воды, подбадривает детей.
14	Рыбки резвятся	1. Приучать детей выполнять разные движения в воде, не бояться воды. 2. Развивать умение действовать по сигналу. 3. Воспитывать смелость, положительные эмоции от воды.	Прыжки	По сигналу инструктора: «Рыбки резвятся» дети подпрыгивают на двух ногах. По сигналу: «Рыбки отдыхают» – присаживаются на корточки. Можно разрешить прыжки на двух ногах с последующим падением в воду. ПРАВИЛА: 1). Внимательно слушать преподавателя. 2). Выполнять движения по сигналу. 3). Нельзя толкать друг друга.	Детей можно поставить в круг или предложить стать свободно около инструктора. Помогать детям преодолеть страх перед водой, подбадривать несмелых.
15	Поймай воду	1. Научить детей сжимать пальцы рук, делать «ложечку». 2. Развивать тонкую моторику кисти,		Играющие, стоят на месте в одной шеренге или в кругу. По команде: «Поймай воду!» – они вытягивают руки вперед, опускают в воду, соединяют под водой кисти рук, сжимают пальцы. Зачерпнув воду, дети поднимают руки над	Если вода течет из рук, инструктор говорит: «Ой, какие ручки дырявые! Ну-ка, зачерпни водичку еще раз». Дети

		<p>глазо - двигательную координацию.</p> <p>3. Воспитывать концентрацию зрительного внимания.</p>		<p>поверхностью. Инструктор проверяет наличие воды в руках.</p> <p>ПРАВИЛА: внимательно слушать и четко выполнять указания преподавателя.</p>	<p>самостоятельно контролируют правильность положения пальцев рук.</p>
16	Волны на море	<p>1. Помочь детям руками почувствовать сопротивлением воды.</p> <p>2. Способствовать развитию координации движений, ловкости.</p> <p>3. Воспитывать самостоятельность, организованность.</p>		<p>Дети стоят лицом в круг на расстоянии вытянутых рук.</p> <p>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.</p> <p>Движение продолжается беспрерывно то в одну, то в другую сторону.</p> <p>ПРАВИЛА: нельзя опускать руки глубоко в воду.</p>	<p>Для одновременности выполнения упражнения дети вслух приговаривают: «У - ух, у – ух».</p>
17	Кто выше?	<p>1. Приучать детей прыгать в воде, преодолевать ее сопротивление.</p> <p>2. Развивать координацию движений.</p> <p>3. Воспитывать точность выполнения заданий.</p>	Прыжки	<p>Дети стоят на дне, уровень воды по пояс. По команде надо присесть, погрузившись до подбородка и оттолкнуться ногами от дна, подпрыгнув как можно выше. Можно усложнить игру, если перед прыжком опускаться под воду с головой. Игра повторяется.</p> <p>ПРАВИЛА: выпрыгивать вертикально вверх.</p> <p>Побеждает тот, кто выше прыгнет</p>	<p>На первых порах не надо торопить детей. При повторном проведении игры можно предложить детям задание: «Кто выше прыгнет?», чтобы стимулировать более быстрое передвижение их в воде.</p>
18	Догоните меня	<p>1. Научить детей передвижению в разных направлениях,</p>	Бег	<p>Дети стоят вместе с педагогом у бортика. Инструктор отходит и предлагает догнать его. У противоположной стороны бассейна он</p>	<p>Первое время инструктор не должен быстро отходить от детей, пока они не</p>

		<p>преодолевая сопротивление воды.</p> <p>2.Развивать умение ориентироваться в необычных условиях.</p> <p>3.Воспитывать смелость, инициативу.</p>		<p>останавливается и встречает детей, подбадривает тех, кто испытывает затруднения.</p> <p>ПРАВИЛА: нельзя наталкиваться друг на друга.</p>	<p>освоились в воде. При многократном повторении игры инструктор может предложить детям убежать, а сам будет ловить их. При этом не следует торопиться, надо дать детям возможность спокойно добраться до своего места.</p>
19	Солнышко и дождик	<p>1.Приучать детей не бояться воды, передвигаться, не держась, друг за друга, и не толкаясь.</p> <p>2.Развивать умение ориентироваться в воде.</p> <p>3.Воспитывать быстроту и точность передвижения; чувство партнерства, дружелюбия</p>	Ходьба, бег	<p>Дети стоят у бортика, с одной стороны. По сигналу преподавателя: <i>«Солнышко – можно гулять!»</i> – дети ходят в разных направлениях по бассейну. Затем инструктор говорит: <i>«Дождик!»</i> и брызгает на детей водой. Дети убегают к бортику.</p> <p>ПРАВИЛА: начинать движения нужно по сигналу инструктора, нельзя толкать друг друга.</p>	<p>Инструктор приглашает гулять всех. Не слишком сильно брызгать на детей, чтобы не напугать их.</p>
20	Переправа	<p>1.Дать почувствовать сопротивление воды для правильного выполнения гребковых движений рук.</p>	Ходьба, бег	<p>Играющие выстраиваются в одну шеренгу вдоль боковой стенки бассейна на расстоянии вытянутой руки друг от друга. По команде инструктора они все вместе начинают «переправляться на другой берег». Продвижению в воде дети помогают гребковыми движениями рук, приговаривая: «Толкаюсь, толкаюсь руками о воду, Вода помогает мне выбрать дорогу».</p>	<p>Следить, чтобы пальцы рук были сомкнуты. Пояснить различие между гребками рукой с сомкнутыми и разведенными пальцами.</p>

		2.Развивать глазодвигательную координацию. 3.Воспитывать смелость, дружелюбие.		ПРАВИЛА: нельзя толкать друг друга и брызгаться.	
21	Найди свой домик	1.Приучать детей ориентироваться в необычных условиях, внимательно слушать сигналы и действовать в соответствии с ними. 2.Закрепление материала о геометрической форме и цвете. 3.Воспитывать внимание, точность передвижения.	Бег	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. ПРАВИЛА: нельзя толкать друг друга, надо убежать от «домиков» подальше.	Сигналы нужно подавать четко, громко, чтобы все дети их слышали.
22	Кораблики	1.Приучать выполнять в воде движения в разных направлениях, быстро и медленно. 2.Развивать умение ориентироваться в необычных условиях. 3.Воспитывать концентрацию	Бег, ходьба	Дети стоят в колонне по одному. По команде инструктора: «Полный ход!» Дети бегут по воде, широко размахивая руками. «Тихий ход!» – продвигаются медленно. «Задний ход!» – двигаются спиной вперед. ПРАВИЛА: нужно внимательно слушать сигнал, менять движение только по сигналу. Нельзя толкаться и брызгаться.	Следить за движениями детей, поощрять хорошо выполнивших задание. Детей можно построить в шеренгу, в две небольшие колонны.

		зрительного и слухового внимания.			
23	Найди себе пару	<p>1. Приучать детей ориентироваться в необычных условиях.</p> <p>2. Упражнять в ходьбе парами.</p> <p>3. Воспитывать внимание, точность и быстроту передвижения.</p>	Ходьба, бег	<p>Дети ходят по бассейну в разных направлениях. По сигналу: «Найди себе пару!» – они становятся в пары (с кем им хочется), берутся за руки и идут в парах.</p> <p>ПРАВИЛА:</p> <p>1). Дети выбирают пару по своему желанию.</p> <p>2). Нельзя тянуть друг друга, толкать.</p>	<p>Не торопиться подавать сигналы. Дать возможность детям самим стать в пары. При необходимости оказывать им помощь. При повторении игры детям можно раздать цветные пластмассовые шары. «Найди себе пару!» – дети, у которых шары одинакового цвета, становятся в пары. Затем по сигналу они снова разбегаются. Во время бега шары надо держать поднятыми вверх</p>
24	Море волнуется	<p>1. Помочь детям освоиться в воде, ознакомиться с сопротивлением воды.</p> <p>2. Развивать умение самостоятельно передвигаться в воде.</p>	Бег	<p>Дети стоят в колонне по одному. По команде инструктора: «Море волнуется!» – они разбегаются в произвольном направлении (их «разгоняет ветер»), производят любые движения руками, окунаются. Когда инструктор произнесет: «Ветер стих, море успокоилось!», дети должны быстро занять свои места в колонне.</p> <p>ПРАВИЛА: инструктор говорит: «Раз, два, три – вот на место встали мы». Не нашедший за это</p>	<p>Можно использовать построение в круг, в одну шеренгу.</p>

		3. Воспитывать умение ориентироваться в необычных условиях.		время своего места в колонне отмечается преподавателем как невнимательный.	
25	Карусели (I вариант)	1. Приучать детей двигаться по кругу, не бояться воды. 2. Развивать динамическую координацию, точность передвижения. 3. Воспитывать смелость, самостоятельность, организованность.	Ходьба, бег	Дети становятся в круг и берутся за руки. По сигналу педагога они начинают движение по кругу, постепенно ускоряя шаг. Вместе с инструктором дети произносят: Еле – еле, еле – еле Закружились карусели, А потом, потом, потом – Все бегом, бегом, бегом! Дети бегут по кругу. Затем инструктор произносит: «Тише, тише, не спешите, Карусель остановите! Раз – два, раз – два, Вот и кончилась игра!» Дети останавливаются. ПРАВИЛА: выполнять движения в соответствии с текстом, не тянуть товарища.	
26	Пузырь	1. Приучать двигаться в воде вперед, назад, не бояться воды. 2. Автоматизация звука (Ш) в слогах и тексте. 3. Развивать динамическую координацию 1. Воспитывать точность	Ходьба	Дети становятся в круг близко друг к другу, берутся за руки. Вместе с инструктором произносят: Раздувайся пузырь, Раздувайся, большой, Оставайся такой Да не лопайся. Дети отходят назад, не разрывая рук, делают большой круг. После слов инструктора «Лопнул пузырь!» – дети двигаются к центру, произнося звук «ш – ш – ш» («воздух выходит»). Затем дети снова «надувают пузырь» – отходят назад.	Инструктор становится в круг вместе с детьми. Произносить текст нужно медленно, четко, привлекая к этому играющих. При повторении игры на слова: «Лопнул пузырь!» – дети могут присесть в воду.

		передвижения (в соответствии с текстом), ловкость, смелость.		ПРАВИЛА: двигаться назад, вперед, держась за руки. Нельзя толкать друг друга.	
27	Принеси мяч	1.Приучать детей двигаться в разных направлениях. 2.Развивать умение преодолевать сопротивление воды. 3.Воспитывать желание активно заниматься, развивать такие качества как: ловкость, быстроту передвижения, дружелюбие.	Ходьба, бег, ловля мяча	Дети становятся вдоль одной из сторон бассейна. Инструктор показывает яркие мячи, затем бросает их в воду и предлагает детям поймать. Дети передвигаются по воде за мячами, ловят их и приносят инструктору, игра повторяется. ПРАВИЛА: начинать ловить мячи нужно по сигналу инструктора. Нельзя толкаться и брызгаться.	Мячи не следует разбрасывать слишком далеко от детей. Можно использовать для игры другие надувные игрушки.
28	Будь внимательным	1.Приучать детей выполнять движения по сигналу. 2.Развивать умение концентрировать внимание, комбинаторику движений. 3.Воспитывать точность выполнения упражнений, концентрацию зрительного и слухового внимания.	Прыжки, бег	Дети стоят на дне, лицом к инструктору. Руководитель делает различные условные движения руками (вверх, в стороны, за голову и т.д.). В соответствии с определенным положением рук руководящего, дети выполняют то или иное упражнение (выпрыгивание из воды, приседания под воду, наклоны и т.д.). ПРАВИЛА: за неправильное выполнение упражнений - штрафное очко. Побеждает тот, у кого нет или меньше всех штрафных очков. Не следует применять более трех условных движений, так как большинство играющих будет часто ошибаться, и игра не даст желаемого результата.	Во время игры инструктор может считать прыжки, по окончании прыжков сказать: «Укатились мячики», после чего дети убегают к бортику

29	Лодочки плывут	1.Приучать детей передвигаться в воде друг за другом, не бояться воды. 2.Выработка энергичной работы рук и ног. 3.Воспитывать смелость, инициативу, внимание.	Ходьба, бег, ориентировка в пространстве	Дети входят в воду, становятся друг за другом вдоль бортика. По сигналу: « <i>Поплыли лодочки!</i> » – дети двигаются друг за другом, разгребая воду руками, как веслами. Лодочки плывут сначала медленно, затем быстрее. ПРАВИЛА: соблюдать направление, нельзя наталкиваться друг на друга.	Инструктор следит, чтобы дети не отставали, двигались смелее. При повторном проведении игры можно предложить им двигаться в разных направлениях. По сигналу: «Лодочки плывут к берегу!» – дети становятся у бортика.
30	Бегом за мячом	1.Закрепить у детей навык смело входить в воду и передвигаться в ней. 2.Развивать глазодвигательную координацию. 3.Воспитывать смелость, ловкость, дружелюбие.	Бег, ориентировка в пространстве	Дети 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. ПРАВИЛА: нельзя забегать за обусловленное место, мешать друг другу, толкаться.	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.
31	Сердитая рыбка	1.Приучать детей смело передвигаться в воде, менять направление, быстроту движения. 2.Развивать ритмичность	Бег, ходьба	Инструктор или один из детей изображает сердитую рыбку. Она находится у противоположного бортика, дети тихонько подходят к ней, а преподаватель в это время говорит: «Сердитая рыбка тихо лежит, Сердитая рыбка, наверное, спит. <i>Подойдем мы к ней, разбудим</i> И посмотрим, что же будет.	Первый раз сердитой рыбкой может быть инструктор. Не следует быстро бежать за детьми. Надо дать им возможность убежать на свое место. При

		<p>ходьбы, общую координацию.</p> <p>3. Воспитывать желание выполнять упражнения в воде; положительные эмоции.</p>		<p>Рыбка начинает ловить детей, дети разбегаются, рыбка гонится за ними. Затем рыбка возвращается на место. Игра повторяется с новым водящим.</p> <p>ПРАВИЛА: выполнять движения в соответствии с текстом, убегая от сердитой рыбки, не толкать друг друга.</p>	<p>многократном повторении можно догонять детей.</p>
32	Медвежонок Умка и рыбки	<p>1. Приучать детей двигаться по кругу в разных направлениях, взявшись за руки.</p> <p>2. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом.</p> <p>3. Воспитывать внимание, ловкость, точность передвижения.</p>	Бег, ходьба	<p>Из числа играющих выбирается медвежонок Умка. Остальные дети – рыбки. Умка делает вид, что спит, а рыбки водят хоровод со словами:</p> <p>«Рыбки весело плескались В чистой светленькой воде (свободно гуляют по бассейну), То завьются (круговые движения руками), Разовьются (тоже в обратном направлении), То заплывают в воде (дети разводят руками в разные стороны). <i>Умка – белый медвежонок –</i> Спрятал мордочку свою. Нас поймать он очень хочет (дети идут по кругу), Но покажем нос ему!»</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>ПРАВИЛА: выполнять движения нужно в соответствии с текстом, уплывать только с последними словами.</p>	<p>Инструктор играет вместе с детьми, показывает, какие движения надо делать.</p>
33	Лягушата	<p>1. Научить детей не бояться брызг воды,</p>		<p>Дети стоят на дне. По команде инструктора "Щука!" - играющие подпрыгивают вверх, а по сигналу</p>	

		не отворачиваться от них. 2.Развивать силу мышц ног. 3.Воспитывать смелость, активность, организованность.		"Утка" - прячутся под воду. Игра повторяется несколько раз. ПРАВИЛА: Неверно выполнивший команду получает штрафное очко, выигрывают те, кто набрал меньше всего штрафных очков.	
34	Караси и щука (I вариант)	1.Учить детей смело погружаться в воду, помочь осваивать погружения с головой. 2.Развивать координированную работу рук и ног при передвижении. 3.Воспитывать быстроту и точность реакции на сигнал; ловкость.	Бег	Дети (караси) перемещаются по дну бассейна в разных направлениях, помогая себе руками. Щука (ее роль первое время исполняет преподаватель) стоит в углу бассейна. По сигналу: « Щука плывет! » – дети уплывают к бортику и погружаются в воду до подбородка, а кто может – и глубже. ПРАВИЛА: дети не должны убежать к бортику раньше сигнала, нельзя толкать друг друга.	Инструктор, исполняющий роль щуки, не должен слишком быстро бежать за детьми и ловить их. Надо дать возможность всем спрятаться.
35	Поезд в туннель (I вариант)	1.Учить детей погружаться в воду с головой. 2.Обогащать двигательный опыт детей в необычных условиях. 3.Воспитывать смелость, ловкость, внимание, точность передвижения.	Ходьба, подлезание	Дети выстраиваются в колонну по одному и, положив руки на пояс друг другу, изображают поезд. Колонна движется шагом. Двое ребят, стоя лицом друг к другу и держась за руки, образуют туннель. Чтобы проехать через него, дети, изображающие поезд, поочередно погружаются с головой в воду. После того как все вагоны проедут, изображавшие туннель пристраиваются к концу колонны, а двое первых ребят из поезда образуют новый туннель. Игра продолжается. ПРАВИЛА: 1) не толкать друг друга.	Инструктор должен следить, чтобы изображающие туннель не задерживали ребят под водой.

				2). Встречное движение запрещается – в туннеле одна колея. Может произойти крушение.	
36	Проплыть в круг	1.Упражнять в погружении в воду с головой. 2.Развивать смелость, дружелюбие, положительные эмоции при взаимодействии с водой.		Дети стоят на дне друг за другом. На поверхности воды плавают по одной линии большие надувные круги. Первый игрок подходит к кругу, погружается с головой в воду с открытыми глазами, на согнутых ногах проходит под круг и пролезает через него. Далее он идет к следующему кругу и пролезает через него. В это время второй игрок идет к первому кругу. ПРАВИЛА: если после выполнения упражнения круг очень сильно смещается от первоначального положения, игрок обязан его поправить.	
37	Оса	1.Приучать погружаться в воду с головой, не бояться воды. 2.Развивать глазоувидательную координацию, быстроту и точность выполнения задания. 3.Воспитывать ловкость, увертливость.		Дети образуют круг. Инструктор находится в центре круга. У него в руках удилице, к которому веревкой привязан бантик из поролон. Инструктор поочередно или выборочно старается посадить на кого-нибудь осу. Игроки, спасаясь от осы, погружаются в воду с головой. ПРАВИЛА: тот, на кого села оса, обязательно должен погрузиться в воду, а, поднявшись из воды, не разрывать круг, не вытирать лицо руками.	Инструктор, зная особенности детей, сначала опускает осу на более смелых детей, не боящихся погрузиться в воду.
38	Жучок – паучок	1.Упражнять детей в погружении в воду с головой. 2.Развивать умение передвигаться в соответствии с текстом.	Ходьба	Дети, взявшись за руки, идут по кругу. В центре круга встает водящий – жучок – паучок. Дети произносят такие слова: Жучок – паучок вышел на охоту, Жучок – паучок вышел на охоту. Не зевай, поспевай, Прячьтесь все под воду.	Инструктор назначает водящего. Следит, чтобы все дети погружались в воду с головой, подбадривает тех, кто боится это делать.

		3. Воспитывать быстроту реакции на сигнал; способность ориентироваться в воде.		С последними словами все приседают, погружаясь с головой в воду. ПРАВИЛА: 1). Двигаться ровно. 2). Нельзя тянуть друг друга, разрывать круг.	
39	Хоровод	1. Учить детей погружаться с головой. 2. Развивать умение переходить от одного вида движений к другим. 3. Воспитывать смелость, ловкость, активность, желание играть.	Ходьба	Дети, взявшись за руки, образуют круг. Медленно передвигаясь по кругу, они хором произносят: «Мы идем, идем, Хоровод ведем, сосчитаем до пяти. Ну, попробуй нас найти!» После чего хоровод останавливается, дети хором считают до пяти и отпускают руки. При счете «пять» все одновременно погружаются с головой, после чего выпрямляются. Игра продолжается, хоровод движется в другую сторону. ПРАВИЛА: проигравшим считается тот, кто не погрузился с головой в воду.	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, выпрямиться будет, разрешено, только сосчитав под водой до пяти.
40	Щука	1. Учить детей смело погружаться в воду, а также осваивать погружение в воду с головой. 2. Развивать умение самостоятельно ориентироваться в воде, четко выполнять задания. 3. Воспитывать смелость, выдержку, активность.	Ходьба, бег	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 плывет!» – дети останавливаются и погружаются в воду до подбородка. Щука (водящий) внимательно следит за выполнением задания. Рыбка, которая неправильно выполнила задание, щука уводит к себе. Пойманный становится щукой. Игра повторяется 3-4 раза. За рыбками всякий раз выплывает уже другая щука. ПРАВИЛА: водящий не должен поворачиваться лицом к бассейну раньше подачи сигнала.	Водящего может назначать инструктор или сам может быть водящим, либо вместе с детьми выбрать любым приёмом. При повторении игры за рыбками могут

41	Достань игрушку	<p>1.Показать, что вода прозрачная, через нее видны игрушки.</p> <p>2.Приучать опускать руки глубоко в воду, не бояться погрузиться в воду с головой.</p> <p>3.Воспитывать смелость, самостоятельность, активность.</p>	Ходьба, бег	<p>Дети стоят у бортика. Инструктор разбрасывает тонущие игрушки у противоположного бортика. По сигналу: <i>«Достань игрушку!»</i> – дети идут, смотрят на дно через воду, отыскивают игрушки, достают их со дна и приносят преподавателю. Игра повторяется.</p> <p>ПРАВИЛА: 1). Начинать движения по сигналу; 2). Доставать игрушки по одной; 3). Нельзя отнимать их у товарищей, толкать друг друга.</p>	<p>Вначале опускать игрушки на мелком месте, при повторении игры – на более глубоком.</p> <p>Подбадривать детей, помогать робким.</p>
42	Брод	<p>1.Научить рассматривать предметы в воде.</p> <p>2.Развивать умение самостоятельно ориентироваться под водой.</p> <p>3.Воспитывать смелость, ловкость; навык владения своим телом в воде.</p>		<p>Дети стоят в колонне по одному. Поочередно передвигаются на руках по дну вперед с одного берега на другой, ориентируясь по предметам, разложенным на дне (камни, тарелки и т.д.). Для того чтобы проверить правильность передвижения, дети неоднократно опускают голову в воду, отыскивая следующий предмет на своем пути.</p>	<p>Лучше всего для каждого играющего несколько изменять расположение предметов на дне. Одновременно следует использовать 4-5- предметов, на расстоянии до 1 м.</p>
43	Смелые ребята	<p>1.Научить погружаться с головой в воду с открытыми глазами.</p> <p>2.Способствовать развитию общей координации.</p> <p>3.Воспитывать способность</p>		<p>Дети стоят в кругу, держась за руки, хором произносят: «Мы ребята смелые, Смелые, умелые, Если захотим – Через воду поглядим. Затем опускают руки и на все вместе погружаются в воду с открытыми глазами. Игра повторяется 3-4 раза.</p>	<p>Для контроля выполнения можно предлагать детям рассмотреть какой-либо предмет в воде или проводить игру в построении по парам лицом друг к другу.</p>

		ориентироваться в воде.			
44	Нырни в обруч	1.Учить погружаться в воду с открыванием глаз и скольжением. 2.Развивать точность передвижения. 3.Воспитывать смелость, активность, самостоятельность.		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. ПРАВИЛА: 1). Идти друг за другом. 2). Нельзя наталкиваться, хватать, топить друг друга.	Инструктор следит за правильностью выполнения задания, подбадривает робких детей.

Подвижные игры в бассейне для детей 5-7 лет

№	Название игры	Цель	Основные виды движений	Правила	ОМУ
1	Смелые ребята	1.Научить погружаться с головой в воду с открытыми глазами. 2.Способствовать развитию общей координации. 3.Воспитывать способность ориентироваться в воде.		Дети стоят в кругу, держась за руки, хором произносят: «Мы ребята смелые, Смелые, умелые, Если захотим – Через воду поглядим. Затем опускают руки и на все вместе погружаются в воду с открытыми глазами. Игра повторяется 3-4 раза.	Для контроля выполнения можно предлагать детям рассмотреть какой-либо предмет в воде или проводить игру в построении по парам лицом друг к другу.
2	Нырни в обруч	1.Учить погружаться в воду с открыванием глаз и скольжением.		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	Инструктор следит за правильностью выполнения задания,

		2.Развивать точность передвижения. 3.Воспитывать смелость, активность, самостоятельность.		поверхность с другой стороны и двигаются дальше. Когда все пройдут сквозь обруч, игра повторяется. ПРАВИЛА: 1). Идти друг за другом. 2). Нельзя наталкиваться, хватать, топить друг друга.	подбадривает робких детей.
3	Щука	1.Учить детей смело погружаться в воду, а также осваивать погружение в воду с головой. 2.Развивать умение самостоятельно ориентироваться в воде, четко выполнять задания. 3.Воспитывать смелость, выдержку, активность.	Ходьба, бег	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: <i>«Щука плывет!»</i> – дети останавливаются и погружаются в воду до подбородка. Щука (водящий) внимательно следит за выполнением задания. Рыбка, которая неправильно выполнила задание, щука уводит к себе. Пойманный становится щукой. Игра повторяется 3-4 раза. За рыбками всякий раз выплывает уже другая щука. ПРАВИЛА: водящий не должен поворачиваться лицом к бассейну раньше подачи сигнала.	Водящего выбирают любым способом. При повторении игры за рыбками могут выплывать одновременно 2-3 щуки.
4	Поезд в туннель	1. Учить детей погружаться в воду с головой. 2.Обогащать двигательный опыт детей в необычных условиях. 3.Воспитывать смелость, ловкость, внимание, точность передвижения.	Ходьба, пролезание	Дети выстраиваются в колонну по одному и, положив руки на пояс друг другу, изображают поезд. Колонна движется шагом. Двое ребят, стоя лицом, друг к другу и держась за руки, образуют туннель. Чтобы проехать через него, дети, изображающие поезд, поочередно погружаются с головой в воду. После того как все вагоны проедут, изображавшие туннель пристраиваются к концу колонны, а двое первых ребят из поезда образуют новый туннель. Игра продолжается. ПРАВИЛА: 1) Не толкать друг друга. 2). Встречное движение запрещается – в туннеле одна колея. Может произойти крушение.	Инструктор должен следить, чтобы изображающие туннель не задерживали ребят под водой.
5	Торпеды	Освоение и совершенствование скольжений.	Скольжение	По сигналу инструктора дети принимают исходное положение и выполняют скольжение на груди (несколько человек одновременно). Побеждает тот, кто дальше всех	Определять победителя могут сами дети, отмечая

				<p>про скользит, как «торпеда». В зависимости от условий игра может быть командной и неkomандной.</p>	<p>расстояние, которое про скользят их товарищи. 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 также прямолинейность скольжения. Во время скольжения нельзя мешать друг другу, переворачиваться на спину или на бок, выполнять движения, не оговоренные условиями игры.</p>
--	--	--	--	---	--