

муниципальное дошкольное образовательное
учреждение города Нижневартовска детский сад
№29 «Ёлочка

Игры на воде

Младший и средний дошкольный возраст

Подготовил инструктор по плаванию

Бребан С.В

(Игры с погружением в воду и открыванием глаз)

Нырни в обруч

Задача игры: учить погружаться в воду с открыванием глаз и скольжением.

Описание. 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. Идти друг за другом. Нельзя наталкиваться, хватать, топить друг друга.

Методические указания. Преподаватель следит за правильностью выполнения задания, подбадривает робких детей.

Смелые ребята

Задача игры: научить погружаться с головой в воду с открытыми глазами.

Описание. Дети стоят в кругу, держась за руки, хором произносят:

Мы ребята смелые,

Смелые, умелые,

Если захотим –

Через воду поглядим.

Затем опускают руки и все вместе погружаются в воду с открытыми глазами. Игра повторяется 3-4 раза.

Методические указания. Для контроля выполнения предлагать детям рассмотреть какой – либо предмет в воде или проводить игру в построении по парам лицом друг к другу.

Брод

Задача игры: Научить рассматривать предметы в воде.

Описание. 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 пр.). для того чтобы проверить правильность передвижения, дети неоднократно опускают голову в воду, отыскивая следующую веху на своем пути.

Методические указания. Лучше всего для каждого играющего несколько изменять расположение предметов на дне. Одновременно следует использовать 4-5 предметов, на расстоянии до 1 метра.

Достань игрушку

Задача игры: показать, что вода прозрачная, через нее видны игрушки;

Приучать опускать руки глубоко в воду, не бояться погрузиться в воду с головой.

Описание. Дети стоят у бортика. Преподаватель разбрасывает тонущие игрушки у противоположного бортика. По сигналу «Достань игрушку!» дети идут, смотрят на дно через воду, достают их со дна и приносят преподавателю. Игра повторяется.

Правила. Начинать движения по сигналу, доставать по одной игрушке. Нельзя отнимать их у товарищей, толкать друг друга.

Методические указания. Вначале опускать игрушки на мелком месте, при повторении игры – на более глубоком. Подбадривать детей, помогать робким.

(Игры с погружением в воду с головой)

Фонтан

Задача игры: научит детей не бояться водяных брызг, не отворачиваться от них.

Описание. 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.

Правила. Нельзя отворачиваться от брызг, пятиться назад, вставать.

Методические указания. 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.

Караси и щука (1 вариант)

Задача игры: учить детей смело погружаться в воду, помочь осваивать погружения с головой.

Описание. Дети (караси) перемещаются по дну бассейна в разных направлениях, помогая себе руками. Щука (ее роль первое время выполняет 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 убегать к бортику раньше сигнала, нельзя толкать друг друга.

Методические указания. Преподаватель, исполняющий роль щуки, не должен слишком быстро бежать за детьми и ловить их. Надо дать возможность всем спрятаться.

Поезд в туннель! (1 вариант)

Задача игры: учить детей погружаться в воду с головой.

Описание. 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 в воду с головой. После того как все вагоны проедут, изображавшие туннель пристраиваются к концу колонны, а двое первых ребят из поезда образуют туннель. Игра продолжается.

Правила. Не толкать друг друга. Встречное движение запрещается – в туннеле одна колея. Может произойти крушение.

Методические указания. Преподаватель должен следить, чтобы изображавшие туннель не задерживали ребят под водой.

Спрячемся под воду

Задача игры: упражнять в погружении в воду с головой.

Описание. Играющие, взявшись за руки, образуют круг. По сигналу «Спрячемся под воду» дети приседают, погружаются с головой под воду, не разнимая рук.

Правила. Дети не должны разнимать рук, вытирать лицо после подъема из воды.

Оса

Задача игры: приучать погружаться с головой в воду, не бояться воды.

Описание. Играющие образуют круг. Преподаватель находится в центре круга. У него в руках удилище, к которому веревкой привязан бантик из поролоны. Преподаватель поочередно или выборочно старается посадить на кого-нибудь осу. Игроки, спасаясь от осы, погружаются под 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.

Методические указания. Преподаватель, зная особенности детей, сначала опускает осу на более смелых детей, не боящихся погрузиться в воду.

Жучок-паучок

Задача игры: упражнять детей в погружении в воду с головой.

Описание. 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 под воду.

Правила. Двигаться ровно. Нельзя тянуть друг друга, разрывать круг.

Методические указания. Преподаватель назначает водящего. Следит, чтобы все дети погружались в воду с головой, подбадривает тех, кто боится делать это.

Хоровод

Задача игры: учить детей погружаться с головой в воду.

Описание. Играющие, 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.

Методические указания. 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.

Щука

Задача игры: учить детей смело погружаться в воду, а также осваивать погружение в воду с головой.

Описание. 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. Рыбку, которая неправильно выполнила задания, 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.

Методические указания. Водящего назначает преподаватель или сам может быть водящим. При повторении игры за рыбками могут выплывать одновременно 2-3 щуки.

(Игры для ознакомления со свойствами воды)

Маленькие и большие ножки

Задача игры: помочь детям освоиться в воде.

Описание. Дети образуют круг и подражают движениям преподавателя. Он говорит: «Маленькие ножки бежали по дорожке», при этом несколько раз 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.

Методические указания. Преподаватель следит, чтобы дети выполняли движения все вместе, не боялись воды, подбадривает малышей.

Рыбки резвятся

Задача игры: приучать детей выполнять разные движения в воде, не бояться воды.

Описание. По сигналу преподавателя «Рыбки резвятся» дети подпрыгивают на двух ногах. По сигналу «Рыбки отдыхают» - присаживаются на корточки. Можно разрешать прыжки на двух ногах с последующим падением в воду.

Правила. Внимательно слушать преподавателя, выполнять движения по сигналу. Нельзя толкать друг друга.

Методические указания. Детей можно поставить в круг или предложить стать свободно около преподавателя. Помогать детям преодолеть страх перед водой, подбадривать несмелых.

Поймай воду

Задача игры: научить детей сжимать пальцы рук, делать «ложечку».

Описание. Играющие стоят на месте в одной шеренге или в кругу. По команде «Поймай воду!» они вытягивают руки вперед, опускают их в воду, соединяют кисти рук, образуя «ложечку», зачерпывают воду и поднимают руки над поверхностью. Преподаватель проверяет наличие воды в руках.

Методические указания. Если вода течет из рук, преподаватель говорит: «Ой, какие ручки дырявые! Ну – ка, зачерпнем водичку еще раз».

Дети самостоятельно контролируют правильность положения пальцев рук.

Поймай лодку (рыбку)

Задача игры: приучать детей передвигаться в воде, преодолевать ее сопротивление.

Описание. Дети стоят у бортика по одной стороне бассейна. Преподаватель пускает пластмассовые лодочки и предлагает детям поймать их. Затем дети отдают лодочки преподавателю. Игра повторяется.

Правила. Нельзя толкать друг друга, можно ловить только по одной лодочке.

Методические указания. На первых порах не надо торопить малышей. При повторном проведении игры можно предложить детям задание: «Кто быстрее поймает лодочку?», что бы стимулировать более быстрое передвижение в воде.

Волны на море

Задача игры: познакомить с сопротивлением воды.

Описание. 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 – образуются волны. Движение продолжается беспрерывно то в одну, то в другую сторону.

Правила. Нельзя опускать руки глубоко в воду.

Методические указания. Для одновременного выполнения упражнения дети вслух приговаривают: «У - ух, у - ух».

Догоните меня

Задача игры: научить детей передвижению в разных направлениях, преодолевая сопротивление воды.

Описание. Дети стоят вместе с педагогом у бортика. Преподаватель отходит и предлагает догнать его. У противоположной стороны бассейна он останавливается и встречает детей, подбадривает тех, кто испытывает затруднения.

Правила. Нельзя наталкиваться друг на друга.

Методические указания. Первое время преподаватель отходит от детей, пока они не освоились в воде. При многократном повторении игры преподаватель может предложить детям убегать, а сам будет ловить их. При этом не следует торопиться, надо дать детям возможность добраться до своего места.

Солнышко и дождик

Задача игры: приучать детей не бояться воды, передвигаться, не держась друг за друга и не толкаясь.

Описание. Дети стоят у бортика с одной стороны. По сигналу преподавателя «Солнышко – можно гулять!» дети ходят в разных направлениях по бассейну. Затем преподаватель говорит «Дождик!» и брызгает на детей водой. Дети убегают к бортику.

Правила. Начинать движения нужно по сигналу преподавателя, нельзя толкать друг друга.

Методические указания. Преподаватель приглашает гулять всех. Не слишком сильно брызгать на детей, чтобы не напугать их.

Переправа

Задача игры: дать почувствовать сопротивление воды для правильного выполнения гребковых движений рук.

Описание. Играющие выстраиваются в одну шеренгу вдоль боковой стенки бассейна на расстоянии вытянутой руки друг от друга. По команде преподавателя 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 друга и брызгаться.

Методические указания. Следить, чтобы пальцы рук были сомкнуты. Пояснить различие между гребками рукой с сомкнутыми и разведенными пальцами.

Найди свой домик

Задача игры: приучать детей ориентироваться в необычных условиях, внимательно слушать сигналы и действовать в соответствии с ними.

Описание. 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 убегать от «домиков» подальше.

Методические указания. Сигналы подавать четко, громко, чтобы все дети их слышали.

Кораблики

Задача игры: приучать выполнять в воде движения в разных направлениях, быстро и медленно.

Описание. Дети стоят в колонне по одному. По команде воспитателя «Полный ход!» дети бегут по воде, широко размахивая руками. «Тихий ход!» - продвигаются медленно. «Задний ход!» - двигаются спиной вперед.

Правила. Нужно внимательно слушать сигнал, менять движения только по сигналу. Нельзя толкаться и брызгаться.

Методические указания. Следить за движением детей, поощрять хорошо выполнивших задание. Детей можно построить в шеренгу, в две небольшие колонны.

Найди себе пару

Задача игры: приучать детей ориентироваться в воде в необычных условиях, упражнять в ходьбе парами.

Описание. 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.

Правила. Дети выбирают пару по своему желанию. Нельзя толкать. Тянуть друг друга.

Методические указания. Не торопиться подавать сигналы. Дать возможность детям самим встать в пары. При необходимости оказывать им помощь. При повторении игры детям можно раздать цветные пластмассовые шары. По сигналу «Найди себе пару!» дети, у которых одинакового цвета, становятся в пары. Затем по сигналу они снова разбегаются. Во время бега шары надо держать поднятыми вверх.

Море волнуется

Задача игры: помочь детям освоиться в воде, ознакомиться с ее сопротивлением.

Описание. Дети стоят в колонне по одному. По команде преподавателя «Море волнуется!» они разбегаются в произвольном направлении (из «разгоняет ветер»), производят любые движения руками, окунаются. Когда преподаватель произносит: «Ветер стих, море успокоилось!», дети должны быстро занять свои места в колонне.

Правила. Преподаватель говорит: «Раз, два, три – вот на место встали мы». Не нашедший за это время своего места в колонне отмечается преподавателем как невнимательный.

Методические указания. Можно использовать построение в круг, в одну шеренгу.

Карусели (1 вариант)

Задача игры: приучать детей двигаться по кругу, не бояться воды.

Описание. Дети становятся в круг и берутся за руки. По сигналу педагога начинают движение по кругу, постепенно ускоряя шаг. Вместе с преподавателем дети произносят:

Еле – еле, еле – еле

Закружились карусели,

А потом, потом, потом –

Все бегом, бегом, бегом!

Дети бегут по кругу. Затем преподаватель 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.

Пузырь

Задача игры: приучать двигаться в воде вперед, назад, не бояться воды.

Описание. Дети становятся в круг близко друг к другу, берутся за руки. Вместе с воспитателем 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.

Методические указания. Преподаватель становится в круг вместе с детьми. Произносить текст нужно медленно, четко, привлекая к этому играющих. При повторении игры на слова «Лопнул пузырь!» дети могут приседать в воду.

Принеси мяч

Задача игры: приучать детей двигаться в воде в разных направлениях, преодолевать сопротивление воды.

Описание. Дети становятся вдоль одной из сторон бассейна. Преподаватель показывает яркие мячи, затем бросает их в воду и предлагает детям поймать. Дети передвигаются по воде за мячами, ловят их и приносят преподавателю. Игра повторяется.

Правила. Начинать ловить мячи нужно по сигналу преподавателя. Нельзя толкаться и брызгаться.

Методические указания. Мячи не следует разбрасывать слишком далеко от детей. Можно использовать для игры другие надувные игрушки.

Мячики

Задача игры: приучать детей подпрыгивать в воде, не бояться брызг.

Описание. Преподаватель 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 всем детям, как мячики.

Правила. Нельзя толкаться, брызгаться.

Методические указания. Во время игры преподаватель может считать прыжки, по окончании прыжков сказать: «Укатились мячики», после чего дети убегают к бортику.

Лодочки плывут

Задача игры: приучать детей передвигаться в воде друг за другом, не бояться воды.

Описание. 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.

Правила. Соблюдать направление, нельзя наталкиваться друг на друга.

Методические указания. Преподаватель 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.

Бегом за мячом!

Задача игры: закрепить у детей навык смело входить в воду и передвигаться в ней.

Описание. Играющие встают в одну шеренгу у бортика лицом к воде на расстоянии шага друг от друга. На расстоянии 4-5 метров 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.

Методические указания. Преподаватель следит за детьми, поощряет их, помогает другим, подбадривает их. Может быть предложен вариант игры, когда в воде мячей меньше, чем детей. Дети должны бежать быстрее, чтобы не остаться без мяча.

Сердитая рыбка

Задача игры: приучать детей смело передвигаться по воде, менять направление, быстроту движений.

Описание. Преподаватель или один из детей изображает сердитую рыбку. Они находятся у противоположного бортика, дети тихонько подходят к ней, а преподаватель в это время говорит:

Сердитая рыбка тихо лежит,

Сердитая рыбка, наверное, спит.

Подойдем мы к ней, разбудим

И посмотрим, что же будет.

Рыбка начинает ловить детей, дети разбегаются, рыбка гонится за ними. Затем рыбка возвращается на место. Игра повторяется с новым водящим.

Правила. Выполнять движения в соответствии с текстом, убегая от сердитой рыбки, не толкать друг друга.

Методические указания. Первый раз сердитой рыбкой может быть преподаватель. Не следует быстро бежать за детьми. Надо дать им возможность убежать на свое место. При многократном повторении можно догонять детей.

Медвежонок Умка и рыбки

Задача игры: приучать детей двигаться по кругу в разных направлениях, взявшись за руки.

Описание. Из числа играющих выбирается медвежонок Умка. Остальные дети – рыбки. Умка делает вид, что спит, а рыбки водят хоровод со словами:

Рыбки весело плескались

*В чистой светленькой водичке (свободно гуляют по бассейну),
То завьются (круговые движения руками),
Разовьются (круговые движения руками 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!*

После этих слов ребята уплывают, кто как может, а Умка догоняет их. Дотронувшись до 3-4 ребят, Умка возвращается на место. Воспитатель или Умка выбирают нового водящего, и игра продолжается.

Правила. Выполнять движения нужно в соответствии с текстом, уплывать только с последними словами.

Методические указания. Преподаватель играет вместе с детьми, показывает, какие движения надо делать.

(Игровые упражнения)

«Ледокол». Ходить, заложив руки за спину и наклонившись вперед.

«Лодочки с веслами». Ходить, помогая себе гребковыми движения рук.

«Островки». Стоя в кругу, присесть до шеи, до подбородка, чтобы на поверхности воды осталась только голова.

«Крокодилы». Принять упор присев, ноги вытянуть, чтобы они всплыли. Передвигаться по дну руками.

«Цапли». Глубина воды по колено. Ходьба по дну с перешагиванием поверхности воды.

«Дровосек в воде». Стоя в одну шеренгу (круг), ноги врозь пошире, руки вверх, наклонять туловище вперед с маховыми движениями рук вниз – назад. Руками ударять о воду, поднимая брызги. Глубина воды выше колен. То же можно выполнять, стоя спиной внутрь круга, в парах спиной друг к другу.

«Катание на кругах». Глубина воды по пояс. Произвольно сесть, лечь на надутый резиновый круг и покататься на нем, как на лодочке, подгребая руками, как веслами.

«Покажи пятки». На мелком месте опереться руками о дно, выпрямиться и вытянуть ноги назад так, чтобы на поверхности воды были видны пятки.

Литература:

1. Обучение плаванию в детском саду: Кн. для воспитателей дет. сада и родителей / Т. И. Осокина, Е. А. Тимофеева, Т. Л. Богина. – М.: Просвещение, 1991. – 159 с.: ил. - \ ISBN 5-09-001639-9
2. Как научить детей плавать: Пособие для воспитателя дет. сада. – 3-е изд., дораб. и доп. – М.: Просвещение, 1985. – 80 с., ил.