**Игры для ознакомления со свойствами воды.**

**Невод.**

Задачи: помочь освоиться с сопротивлением воды.

Описание: играющие(рыбы) располагаются в ограниченном пространстве. Двое рыбаков, взявшись за руки, по сигналу инструктора бегут за рыбкой, стараясь окружить ее. Каждая пойманная рыба включается в цепь рыбаков. Так постепенно составляется невод. Игра кончается, когда все рыбы будут переловлены.

Правила. Нельзя ловить рыбу разорванным неводом. Нельзя толкаться, топить друг друга, хватать за руки, туловище.

Методические указания. Водящих назначает инструктор. Пойманный последним объявляется самой быстрой рыбкой.

**Карусели (2 вариант).**

Задачи игры : способствовать усвоению с водой, ходьба и бег в воде.

Описание. Взявшись за руки, дети образуют круг. По сигналу они начинают движение по кругу, постепенно ускоряют шаг. Во время движения по кругу играющие хором произносят:

Еле-еле, еле-еле А потом, потом, потом-

Закружились карусели, Все бегом, бегом, бегом!

После чего дети бегут по кругу(1-2 круга).

Затем инструктор произносит6 «Тише, тише, не спешите, карусель остановите». Дети постепенно замедляют шаг и со словами «Вот и кончилась игра. Остановка-раз и два» останавливаются.

Игра повторяется с движением в противоположную сторону.

Правила. Нельзя отпускать руки, падать в воду.

Методические указания. Глубину воды можно увеличивать, объясняя на примере, что сопротивление воды при движении возрастает тем больше, чем большая часть поверхности тела находится под водой.

**Караси и карпы (1 вариант).**

Задачи игры: учить детей свободно передвигаться в воде.

Описание. Инструктор разделяет играющих на две равные группы. Дети становятся в шеренги спиной друг к другу, после чего приседают. Расстояние между шеренгами 0,5-1м.Для каждой шеренги заранее намечается направление, в котором надо бежать .Одна шеренга-караси, другая-карпы. Инструктор в произвольном порядке произносит эти слова. Названная команда(шеренга) тотчас поднимается и бежит в указанном направлении. Дети другой команды поднимаются, поворачиваются и догоняют убегающих ,стараясь дотронуться до них рукой. Ребенок, которого коснулись рукой, останавливается. По сигналу инструктора все останавливаются, возвращаются на прежние места, и игра начинается сначала.

Правила. Находясь в шеренге, нельзя оборачиваться назад. Во время перебежки нельзя толкать друг друга.После сигнала об остановке нельзя продолжать бег.

Методические указания.Игру можно проводить и при глубине воды по пояс. В этом случае, стоя в шеренгах, дети не приседают. Строить шеренги лучше по росту, что бы их правые фланги находились друг против друга. Одну и ту же команду можно вызвать иногда и два раза подряд. Слова «караси» и «карпы» инструктор должен произносить медленно, протяжно, растягивая первые слова и быстро произнося последние.

**Мы веселые ребята.**

Задачи игры: приучать детей энергично двигаться в воде в разных направлениях.

Описание. Дети идут по кругу, в середине его находится водящий, назначенный или выбранный детьми. Дети хором произносят текст:

Мы, веселые ребята, Ну, попробуй нас догнать!

Любим плавать и нырять Раз, два, три- лови!

После слова «Лови!» дети убегают, а водящий догоняет. Игра заканчивается, когда он догонит 2-3-4 играющих. При повторении игры выбирается новый водящий.

Правила. Нельзя убегать раньше того, как будет произнесено «Лови!» .Двигаясь по кругу, дети должны соблюдать порядок, не тянуть, не разрывать круг, не толкать друг друга.

Методические указания. Инструктор помогает выбрать водящего. Его не следует выбирать из детей, попавшихся первыми, что бы не давать повод детям побыстрее стать водящим.

**Байдарки.**

Задачи игры: приучать преодолевать сопротивление воды, упражнять в выполнении гребковых движений руками.

Описание. Дети встают у одной стороны бассейна, слегка наклонив туловище вперед. Это байдарки. По сигналу дети проходят или пробегают на противоположную сторону бассейна, помогая себе гребковыми движениями, как веслами при плавании на байдарке. Кисть руки должна быть выпрямлена,ладонью дети загребают воду и отталкиваются от нее,продвигаясь вперед.

Правила. Начинать движение и останавливаться по сигналу инструктора. Нельзя спешить, мешать другим детям выполнять задание.

Методические указания. Инструктор следит за правильностью действий детей, отмечает, какая байдарка продвигается быстрее, у кого гребок веслом длиннее. При повторении в игру можно внести усложнение: предложить детям проплыть на байдарке спиной вперед. При этом ладони следует развернуть в обратную сторону.

**Карасик и щука.**

Задачи игры : упражнять в движениях в воде.

Описание. Дети образуют круг, берутся за руки. Выбираются карасик и щука.Они встают в центре круга. Дети произносят:

Карасик, карасик, держись,

Щуке на зуб не попадись!

После этих слов карасик уплывает, а щука его догоняет. Карасик может выплывать за пределы круга, дети его не задерживают. Если щука пытается выскользнуть из круга,дети опускают руки, не пускают ее.

Правила. Начинать двигаться только после слов «Не попадись!». Нельзя размыкать руки, хватать щуку.

Методические указания. При выборе карасика и щуки инструктор следит, чтобы в паре оказались дети, равные по силе и умениям.

**Как кто плавает.**

Задачи игры : упражнять детей в разных видах передвижения в воде.

Описание. Детям показывают, как передвигаются в воде разные животные :крокодил, рак, краб, лягушка, пингвин, тюлень, дельфин. Затем по сигналу инструктора дети изображают названных животных.

Крокодил –лечь на воду, опереться руками о дно, ноги вытянуть; перебирая руками по дну, двигаться вперед.

Рак – в том же положении двигаться назад.

Краб – в том положении двигаться вправо и влево.

Лягушка – в положении присев выпрыгивать из воды и снова приседать.

Пингвин – передвигаться по бассейну ,раскачиваясь из стороны в строну, прижав руки к туловищу.

Дельфин – выпрыгивать из воды как можно выше из положения присев.

Правила. Выполнять задания по сигналу инструктора, не мешать друг другу.

Методические указания. Игру можно проводить при условии, что все дети знают способы передвижения разных животных. Первое время следует давать не более трех заданий. Постепенно количество заданий можно увеличить.

**Игры с погружением в воду с головой.**

**Морской бой.**

Задачи :приучать детей не бояться брызг, действовать согласованно.

Описание. На глубине по пояс дети встают лицом друг к другу в две шеренги, расстояние между которыми 1,5 – 2 м. По сигналу инструктора дети начинают брызгать водой в «противника», стараясь заставить его отступить. Побеждает более стойкая команда, которая не разбежится и сохранит первоначальный порядок.

Повторить игру 3-4 раза.

Правила. Нельзя касаться игроков руками, поворачиваться спиной, убегать.

Методические указания. Разделяя детей на команды, нужно учитывать их рост и подготовленность. Следить за соблюдением правил.

**Охотники и утки.**

Задачи игры : упражнять в погружении в воду с головой.

Описание. Выбираются два охотника. Остальные –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, что бы охотники не смогли попасть в них мячами. Если кто-то из детей не успел спрятаться и в него попадают мячом, он должен выйти на время из игры.

Правила. Охотники не должны бросать мяч в голову. Начинать бросать мяч можно только по сигналу «Охотники!» и не сходя с места.

Методические указания. Охотники меняются после того, как каждый из них попадает мячом в определенное число уток.

**Насос.**

Задача игры: научить детей погружаться с головой в воду несколько раз подряд.

Описание. Дети стоят парами, взявшись за руки, лицом друг к другу. По очереди приседая, они погружаются в воду с головой. Каждый из играющих погружается в воду 4-5 раз. Игра повторяется 3 раза.

Правила. Нельзя отпускать руки и вытирать лицо, смахивая воду, после каждого очередного окунания. Методические указания. Играющие пары располагаются боком к преподавателю.

**Удочка**

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

Описание. Дети образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых рук, поворачиваются лицом к центру. В центре стоит преподаватель. В руках у него веревка, к концу которой привязана надувная игрушка. Длина веревки равна радиусу круга. Преподаватель вращает веревку так, чтобы игрушка двигалась по окружности на высоте 10-30 см над водой. Дети должны избегать прикосновения игрушки, погружаясь под воду, когда она приближается.

Правила. Нельзя прятаться раньше, чем приблизится игрушка.

Методические указания. Вначале следует вращать веревку с игрушкой несколько выше голов детей. Когда дети научаться смело погружаться в воду, высоту можно уменьшить.

***Игры с выдохом в воду***

**Резвый мячик**

Задачи игры: способствовать овладению продолжительным, постепенным выдохом.

Описание. Играющие становятся в одну шеренгу на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Каждый имеет мячик или тенисный шарик. Приняв положение упора лежа спереди, дети кладут его на поверхность воды на линии рта. Делая выдох, дуют на мяч, стараясь отогнать его как можно дальше от себя. Затем идут за мячом, делая неоднократный вдох и выдох. По команде преподавателя все остаются на своих местах, перестают дуть на мяч. Выясняется, чей мяч отплыл дальше всех,-это самый «резвый мячик».

Правила. Нельзя мешать друг другу, дуть на чужой мяч.

Методические указания. Сперва можно игру проводить без продвижения на руках вперед за мячом. В таком случае всякий раз выполняется только один выдох.

Преподаватель следит за тем, что бы дети выполняли постепенный выдох.

**Качели**

Задача игры: способствовать овладению выдохом в воду.

Описание. Дети стоят парами, взявшись за руки, лицом друг к другу.

По очереди приседая, они погружаются в воду с головой, делают выдох в воду. Каждый играющий делает 3-4 выдоха в воду.

Правила. Нельзя отпускать руки, задерживать своего товарища под водой.

Методические указания. Играющие пары располагаются боком к преподавателю.

***Игры с открыванием глаз***

**Водолазы**

Задачи игры : приучать смело открывать глаза в воде, рассматривать предметы под водой.

Описание. Дети встают у бортика с одной стороны бассейна. Преподаватель разбрасывает по дну бассейна резиновые (тонущие) игрушки, предметы. По сигналу водолазы погружаются в воду и стараются собрать как можно больше предметов.

Правила. Начинать выполнять задание по сигналу, не толкать товарищей, не отнимать игрушки.

Методические указания. Преподаватель отмечает и поощряет детей, успешно справившихся с заданием, помогает несмелым детям, подбадривает их. Можно игру с разделением на команды и дать задание, чья команда водолазов больше соберет предметов.

**Игры со скольжением и плаванием**

**Я плыву**

Задача игры: способствовать овладению горизонтальным положением тела в воде, подводить к скольжению.

Описание. Дети в разомкнутой колонне по одному шагом передвигаются вдоль стенок бассейна. По сигналу им предлагается повернуть лицом внутрь бассейна и любым способом оторвать ноги от дна или изобразить плавание на груди. По следующему сигналу дети возвращаются на свои места в колонне и продолжают продвижение вдоль стенок бассейна.

Правила. Нельзя толкать друг друга. Не выполнивший задание выводиться из воды на время одного повторения игры.

Методические указания. Объясняя игру, преподаватель показывает, какими способами следует достигать горизонтального положения в воде лежа в упоре спереди, лежать на воде, скользить и др. Но эти положения не надо детям навязывать, сковывать их изобретательность.

**Поезд в туннель!**

Задачи игры: совершенствовать умение скользить на груди.

Описание. Играющие выстраиваются в колонну по одному, положив друг другу руки на плечи, изображают поезд. Колонна движется шагом. Преподаватель держит обруч-туннель. Чтобы проехать через туннель, ребята, изображающие поезд, поочередно выходят вперед колонны и выполняют скольжение на груди. Затем возвращаются в конец колонны. Игра продолжается.

Правила. Не толкать друг друга, не торопить.

**Пятнашки с поплавком**

Задачи игры : закреплять умения погружаться в воду, держаться на воде, скользить.

Описание. Выбирается водящий («пятнашка»). Дети передвигаются по бассейну в разных направлениях. По сигналу пятнашка старается догнать и дотронуться до кого-нибудь из играющих. Спасаясь от него, дети должны принять положение «поплавок». Если водящий дотронется до играющего раньше, чем он принял положение 2поплавок»,тот считается пойманным.

Правила. Нельзя толкать детей, принявших положение 2поплавок2.

Методические указания. Можно предложить детям вариант игры «Пятнашки со стрелой», в котором они вместо положения «поплавок» выполняют скольжение «стрела».

**Караси и карпы**

Задачи игры :упражнять детей в скольжении и плавании кролем на груди (караси и карпы). Команды выстраиваются в шеренгу у противоположных сторон бассейна лицом к центру. По сигналу дети начинают двигаться навстречу друг другу. Когда расстояние между шеренгами станет примерно 2-3 м, преподаватель громко дает одну из команд 2караси1» или «Карпы!». Игроки названной команды должны быстро уплывать на свое место, а игроки другой команды ловят их.

Правила. Дети, ловящие уплывающих, не должны толкать, топить их. Необходимо слушать сигналы педагога.

Методические указания. Детям можно дать задание плыть кролем на груди или спине. Обязательно следить за поведением детей и выполнением ими правил игры.

**Зеркальце.**

Задачи игры: повторять, закреплять освоенные ранее упражнения.

Описание. Держась за руки, дети идут по кругу, хором произносят:

Ровным кругом друг за другом,

Чу, ребята, не зевать,

И что Петя нам покажет,

Будем дружно повторять.

После слов «Будем дружно повторять» все останавливаются, а водящий, который стоит внутри круга, выполняет какое-либо движение-погружение в воду с головой, выдох в воду, скольжение и т.д. Дети должны повторить эти движения за ним, после чего назначается новый водящий, и игра продолжается.

Методические указания. Первого водящего назначает преподаватель. Последующего выбирает предыдущий водящий.

Водящий самостоятельно придумывает движения. Но если надо повторить какое-нибудь движение, можно его подсказать водящему.

Скольжение в этой игре, если круг мал, следует выполнять по радиусам от центра круга,

т. е. поворачиваясь предварительно спиной в круг.

**Пловцы**

Задачи игры: упражнять детей в разных способах плавания.

Описание. Дети выстраиваются у бортика бассейна. По сигналу (например, «кроль на груди!») дети быстро плывут на противоположную сторону бассейна. В обратную сторону возвращаются, плывя другим способом (брасс или кроль на спине).

Правила. Выполнять задание нужно по сигналу, не наталкиваться на других детей, доплывать до бортика.

Методические указания. Перед проведением игры целесообразно напомнить о разных способах плавания и даже попросить 1-2 детей показать их, чтобы все во время игры правильно их выполняли. Игру можно провести в виде эстафеты. Тогда дети делятся на 2-3 команды. Преподаватель дает задание проплыть в одну сторону кролем на груди, а обратно-брасом, или наоборот. Отмечает, чья команда быстрее выполнит задание.

**Чье звено скорее соберется?**

Задача игры: упражнять детей в разных способах плавания, приучать ориентироваться в необычной среде.

Описание. Дети делятся на 3-4 группы с одинаковым числом играющих. Каждая группа выстраивается в колонну по углам бассейна. По сигналу дети расходятся по всему бассейну, выполняют разные упражнения по своему желанию. По свистку или другому сигналу дети должны быстро проплывать любым способом на свое место и построиться в колонну. Преподаватель отмечает, чье звено быстрее соберется.

Правила. При выполнении упражнений нужно отходить дальше от места сбора звена. При плавании не наталкиваться друг на друга.

Методические указания. Места построения звеньев можно обозначить цветными флажками или шарами, положенными на бортик бассейна. Для усложнения игры можно менять местами флажки, шары.