НЕДЕЛЯ ИГРЫ.

Начальное обучение плаванию через игру.

Подготовили:
Инструктор по Ф.К.
Мокшина И.С.
Тимофеева Т.Л.

Цели: 1.Формирование у детей эмоционально-положительного отношения к занятиям по плаванию через игру, укрепление физического и психического здоровья.
2.Формирование потребности к здоровому образу жизни.

Задачи:

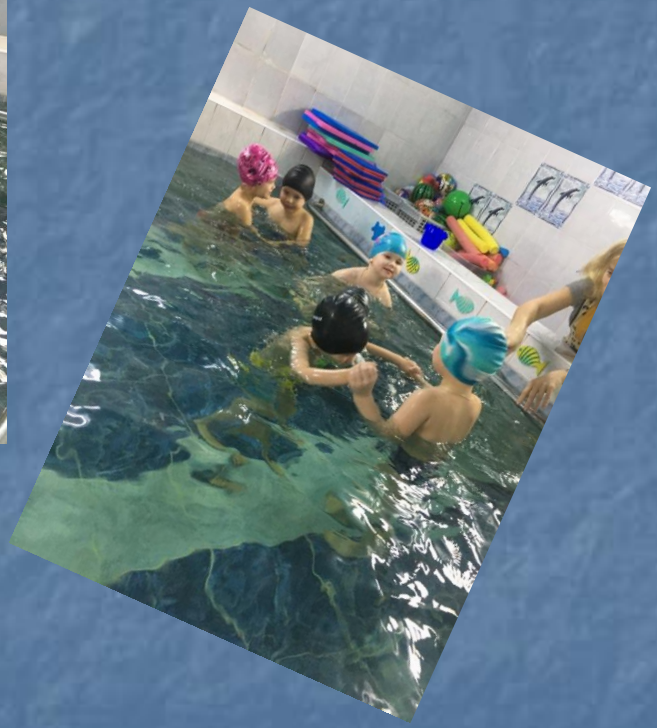
- Обучение начальным элементам плавания через игру у детей младших групп.
- Закрепление и совершенствование приобретённых навыков у средних, старших и подготовительных групп.
- Развивать координацию движений, выносливость, мышечную силу в воде.
- Воспитывать организованность, умение работать в команде.

Игры в младшей группе:

1. **Акула и рыбки.** (С помощью считалочки выбирается ведущий «акула». «Акула» спит в углу бассейна, «рыбки» играют по всему бассейну. По команде «акула» просыпается и пытается поймать «рыбку», «рыбки должны спрятаться в «домик» (обруч)). Дети должны быстро подбежать к обручу, сделав вдох, поднырнуть в обруч. Кого запятнал ведущий, тот становиться «акулой».
2. **Насос.** Дети делятся на пары, встают друг к другу лицом и берутся за руки. Поочерёдно делая вдох приседают под воду.
3. **Паромщики.** На доске у детей находится игрушка, её нужно перевезти на другой «берег», не потеряв её. Сначала делая «пузыри» в воду, затем опустив лицо в воду и задержать как можно дольше дыхание и последнее, постараться поднять ноги и сделать «мотор» ногами.
4. **Поймай свой мяч.** Детям выдаются мячи, они должны запомнить его. Кидая мяч в разные стороны, они бегут за ним или ныряют, главное поймать именно свой мячик.

Младшая группа.

Насос.



Акула и рыбки.
Поймай свой мяч.

Паромщики.

Игры в средней группе.

1. **«Крокодилы и утки».** Девочки держат в руках утку, а мальчики крокодила. Кто быстрее крокодилы или утки?
2. **«Лодочки».** Чья лодка быстрее.
3. **«Акула и рыбки».** Игра такая же как у младшей группы, только обручи меньше размером и несколько штук.
4. **«Дельфины».** Перепрыгнуть красиво в обруч.
5. **«Коршун и цыплята».** Дети берут доску в руки и передвигаются свободно по всему бассейну, «превратившись в «цыплят», когда инструктор громко говорит «коршун» дети должны сделать вдох , присесть под воду, закрывшись доской.
6. **«Ловишки и звёздочки».** С помощью считалочки выбирается ведущий «ловишка», остальные дети «звёздочки». Задача «ловишки» запятнать «звёздочку, которая встанет на дно.

Средняя группа.
«Крокодилы и утки».
«Лодочки». «Акула и рыбки».

«Ловишки и звёздочки» «Дельфины». «Коршун и цыплята».

Игры в старшей и подготовительной группе.

1. **Игры на внимание**: Дети бегут по кругу , по свистку поворачиваются и бегут в другую сторону, по удару палки должны спрятаться под воду.
2. **«Лягушки, щука и цапля».** Дети превращаются в «лягушек». Инструктор говорит «цапля» дети должны спрятаться под воду, когда инструктор говорит «щука», дети выпрыгивают из воды.
3. **«Ловишки и звёздочки», «Ловишки и поплавки».** Так же как и в средней группе, только ещё дети делают «поплавки».
4. **«Тоннель».** Дети встают друг за другом и каждый ребёнок должен проплыть в «тоннель» под ногами.
5. **«Акула и рыбки».** Правила такие же как и в младших группах, только «акула» плавает под водой и пятнает «рыбок» , которые касаются ногами дна бассейна.
6. **«Собери сокровища».** Дети собирают игрушки со дна бассейна и должны правильно сосчитать . Выигрывает тот, кто больше всех собрал и правильно сосчитал.

Старшие и подготовительные группы.

Игры на внимание.

«Ловишки и звёздочки». «Ловишки и поплавки». «Тоннель». «Собери сокровища».