НЕДЕЛЯ ИГРЫ.

Начальное обучение плаванию через игру.

Подготовили:

Инструктор по Ф.К.

Мокшина И.С.

Тимофеева Т.Л.

ЦЕЛИ: 1.ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ЗАНЯТИЯМ ПО ПЛАВАНИЮ ЧЕРЕЗ ИГРУ, УКРЕПЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ.

2.ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА 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 надо 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. **Коршун и цыплята**. Дети берут доски в руки и перемещаются свободно по бассейну «превратившись в «цыплят», когда тренер говорит «коршун», то дети должны сделать вдох и спрятаться в «домик» под досочку.

МЛАДШАЯ ГРУППА.

НАСОС.

АКУЛ

ПОЙМАИ СВОЙ МЯЧ.

«ПАРОМЩИКИ», « КОРШУН И ЦЫПЛЯТА».

Игры в средней групп.

1. **«Крокодилы и утки».** Девочки держат в руках утку, а мальчики крокодилов. 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. **«Щука и цапля».** Игра на внимание. Дети «превращаются в «лягушек», инструктор говорит «цапля» , дети должны спрятаться под воду, говорит «щука» должны подпрыгнуть.
6. **«Ловишки и звёздочки».** С помощью считалочки выбирается ведущий «ловишка», остальные дети «звёздочки». Задача «ловишки» запятнать «звёздочку, которая встанет на дно.
7. **«Звёздочка»:** Дети ложатся «звёздочкой» на воду и задерживают дыхание, кто дольше тот и победил. (Дети которые ещё не плывут, делают около поручня, держась за него).

.

СРЕДНЯЯ ГРУППА.
«КРОКОДИЛЫ И УТКИ».
«ЛОДОЧКИ». «АКУЛА И РЫБКИ», «ЗВЁЗДОЧКА»

«ЛОВИШКИ И ЗВЁЗДОЧКИ» «ДЕЛЬФИНЫ». «КОРШУН И ЦЫПЛЯТА». «ЩУКА И ЦАПЛЯ».

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. **«Плавнички для рыбки»**: *вариант упрощённый*: каждому ребёнку выдаётся рыбка одного цвет, она лежит на бортике, инструктор разбрасывает прищепки разного цвета по всему бассейну, по команде дети должны нырнуть, найти прищепку (одну) своего цвета подплыть к бортику и прищепить к своей рыбке и так пока не сделают рыбке плавнички. *Сложный вариант*: дети делятся на пары, они должны тоже найти прищепки своего цвета и сделать плавнички, но только все рыбки одного цвета и только глаза у рыбки разных цветов и рыбки не лежат на бортике, а плавают в бассейне, по этому их ещё надо найти.
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. **«Собери сокровища».** Дети собирают игрушки со дна бассейна и должны правильно сосчитать . Выигрывает тот, кто больше всех собра и правильно сосчитал.
6. **«Звёдочка»:** дети по команде ложатся на воду «звёздочкой» и задерживают дыхание, кто дольше пролежит тот выиграл.

СТАРШИЕ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ ГРУППЫ.
ИГРЫ НА ВНИМАНИЕ.

«ЛОВИШКИ И ЗВЕЗДОЧКИ». «ЛОВИШКИ И ПОПЛАВКИ». «ТОННЕЛЬ». СОБЕРИ «СОКРОВИЩА», «ПЛАВНИЧКИ ДЛЯ РЫБКИ», «ЗВЁЗДОЧКА ; КТО ДОЛЬШЕ»