

Игры с погружением с головой в воду

«Фонтан». На мелком месте.

Задачи игры: научить 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 воспитателя все одновременно начинают движения ног кролем, поднимают фонтан брызг.

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.

«Щука». Глубина воды по пояс.

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

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

«Хоровод». Глубина воды по пояс.

Задача игры: учить погружаться с головой в воду.

Описание. Играющие, взявшись за руки, образуют круг. Медленно передвигаясь по кругу, они хором произносят:

Мы идем, идем,

Сосчитаем до пяти,

Хоровод ведем,

Ну, попробуй нас найти!

Хоровод останавливается, дети хором считают до пяти и отпускают руки. При слове «пять» все одновременно погружаются с головой, после чего выпрямляются. Игра продолжается, но с движениями 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.

«Поезд в туннель!» (вариант I). Глубина воды по грудь.

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. Они опускают руки на поверхность воды. Чтобы проехать через туннель, ребята, изображающие поезд, поочередно погружаются с головой в воду. После того как поезд прошел туннель, изображавшие туннель пристраиваются к концу колонны, а двое первых ребят из поезда отделяются от него и вновь образуют туннель.

Игра продолжается.

Методические указания. Воспитатель должен следить чтобы изображающие туннель не задерживали ребят под водой.

«Насос». Глубина воды по пояс.

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 воспитателю. Игры с выдохом в воду «Резвый мячик». На мелком месте.

Задача игры: способствовать овладению продолжительным, постепенным выдохом.

Описание. Играющие становятся в одну шеренгу на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Каждый имеет мячик или теннисный шарик. Приняв положение упора лежа спереди, дети кладут его на поверхность воды на линии рта. Делая выдох, дуют на него, стараясь отогнать как можно

дальше от себя. Затем идут за мячом по дну на руках, делая неоднократный вдох и выдох. По команде воспитателя все остаются на своих местах, перестают дуть на мяч. Выясняется, чей мяч отплыл дальше всех,— это самый «резвый мячик». Игра продолжается.

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 делается только один выдох.

«Спрячемся под воду»

Задача игры: упражнять детей в погружении с головой.

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

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

«Оса»

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

Описание. Играющие держаться за руки, образуют круг. Педагог находится в центре круга. У него в руках удилище, к которому веревкой привязан бантик из поролона («Оса»). Педагог поочередно или выборочно старается посадить на кого-нибудь осу. Игроки спасаясь от нее, погружаются в воду с головой.

Правила. Тот, на кого села оса, обязательно должен погружаться в воду, а поднявшись из воды, не разрывать круг, не вытирать лицо руками.

Методические указания. Педагогу, зная особенности детей, сначала стоит опускать 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. Дети вслед за педагогом произносят слова: Жучок-паучок вышел на охоту.

Не зевай, поспевай,

Прячьтесь все под воду.

С последними словами все приседают, погружаясь с головой в воду. Того, кто не успел или не сумел окунуться, жучок уводит с собой.

Правила. Надо двигаться ровно, нельзя тянуть друг друга или разрывать круг.

Методические указания. Педагог назначает водящего, следит за тем, кто боится это делать.

«Щука»

Задача игры: учить детей смело погружаться в воду, осваивая это действие.

Описание. Дети ходят или бегают по дну бассейна в произвольных направлениях, помогая себе руками, изображая рыбок. «Щука» стоит спиной к воде в углу бассейна. По сигналу «Щука плывет!» дети останавливаются и погружаются в воду до подбородка. Щука (водящий) оборачивается и внимательно следит за выполнением задания. Рыбку, которая сделала что-то неправильно, щука уводит к себе. Пойманный становится щукой.

Игра повторяется 3-4 раз. За рыбками всякий раз охотится уже другая щука.

Правила. Водящий не должен поворачиваться лицом к воде раньше подачи сигнала.

Методические указания. Водящего назначает педагог или он сам может быть водящим. При повторении игры за рыбками разрешается выпрыгивать одновременно двум-трем щукам.