|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Дождик»** |
| Возраст | 3—4 года. |
| Задача | Преодоление водобоязни. |
| Описание игры | Дети, стоя в кругу, подбрасывают воду ладошками вверх и говорят:  **Дождик, дождик,**  **Дождик, лей!**  **Нам с тобою веселей.**  **Не боимся сырости,**  **Только лучше вырастем**. |
| Методические указания | Следить за тем, чтобы дети не отворачивались от брызг (для детей 3—4 лет). |

***Игры в бассейне***

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Карусель»** |
| Возраст | 3—4 года. |
| Задача | Учить детей легко передвигаться в воде |
| Описание игры | Играющие, взявшись за руки, образуют круг. Затем начи­нают движение по кругу со словами: **«Еле-еле закружились карусели, а потом, потом, потом все бегом, бегом, бегом».** Пробежав 2—3 круга, замедляют ход, говоря: **«Тише, тише, не спешите, карусель остановите».** Все останавливаются и затем повторяют то же в обратном направлении. |
| Методические указания | Движения выполнять дружно. Не разрешать детям виснуть на руках играющих. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Усатый сом»** |
| Возраст | 3—7лет. |
| Задача | Учить детей свободно передвигаться в воде. |
| Описание игры | Выбирается водящий — «сом», все остальные становятся лицом к бортику, спиной к водящему на расстоянии 2 м. Пре­подаватель произносит:  **Рыбки, рыбки, не зевайте —**  **Сом усами шевелит.**  **Не зевайте, уплывайте, он не спит!**  Последние слова являются сигналом, по которому дети бегут к противоположному бортику. «Сом» может салить толь­ко тех, кто не успел добежать до бортика и взяться руками за поручень. |
| Методические указания | Бежать в одном направлении. Нельзя толкать друг друга |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Морской бой»** |
| Возраст | 4-7 лет. |
| Задачи | Доставить детям удовольствие, повысить интерес к заня­тиям.  Научить детей не бояться брызг. |
| Описание игры | Дети разбиваются на две команды, встают в две шеренги друг напротив друга на расстоянии 2 м. По сигналу начинают брызгать водой друг на друга. Побеждает команда, в которой меньшее количество игроков отвернулись от брызг. |
| Метод. указания | Детям не разрешается сходить с места. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Гуси»** |
| Возраст | 3—5 лет. |
| Задача | Учить детей легко передвигаться в воде |
| Описание игры | Играющие («гуси») выстраиваются около бортика. Водя­щий («волк») находится около противоположного бортика в обруче. По сигналу дети, изображая гусей, начинают движение к противоположному бортику.  Педагог**. Гуси, гуси.**  Дети. **Га-га-га.**  Педагог. **Есть хотите?**  Дети. **Да-да-да!**  Педагог. **Ну тогда летите, крылья берегите!**  Дети. **Серый волк под горой Не пускает нас домой.**  **Зубы точит, Съесть нас хочет.**  После последних слов «волк» выбегает из обруча и начи­нает ловить «гусей». Дети убегают к бортику и спешат взяться руками за поручень.  Педагог подсчитывает количество пойманных игроков. |
| Методические указания | Пойманным считается игрок, которого водящий коснулся рукой. Следить за тем, чтобы дети не толкались. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Сердитая рыбка»** |
| Возраст | 3-7 лет. |
| Задача | Приучать детей смело передвигаться в воде, меняя направ­ление. |
| Описание игры | Преподаватель или один из детей изображает «сердитую рыбку» — она находится у противоположного бортика. Дети тихонько подходят к ней, а преподаватель в это время гово­рит: «**Сердитая рыбка тихонько лежит, сердитая рыбка, на­верное, спит. Подойдем мы к ней поближе и посмотрим, что же будет».**  «Рыбка» начинает ловить детей. Дети разбегаются, ста­раются быстрее вернуться на свое место. Преподаватель подсчитывает количество пойманных детей. «Сердитая рыбка» возвращается на место. Игра повторяется с новым водящим. |
| Методические указания | Пойманным считается игрок, которого «сердитая рыбка» коснулась рукой. Старшие дети не убегают, а уплывают от водящего. Предупредить детей об осторожности во время бега. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Белые медведи»** |
| Возраст | 5-7 лет. |
| Задача | Учить детей легко передвигаться в воде, нырять. |
| Описание игры | Дети («тюлени») плавают в бассейне. По сигналу «белые медведи» (двое ребят), взявшись за руки, начинают ловить «тюленей». Настигнув зазевавшегося «тюленя», «медведи» ловят его, соединив свободные руки. Пойманного «тюленя» отводят «на льдину» и продолжают ловить остальных. |
| Методические указания | Водящим игрокам нельзя расцеплять руки. Пойманная пара «тюленей» может становиться «медведями» и участвовать в охоте за «тюленями». |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Мы — веселые ребята»** |
| Возраст | 4-7 лет. |
| Задача | Приучать детей энергично двигаться в воде в разных на­правлениях. |
| Описание игры | Дети идут по кругу, в середине которого находится водя­щий, и произносят хором:  **Мы веселые ребята,**  **Любим плавать и нырять.**  **Ну, попробуй нас догнать!**  **Раз, два, три — лови!**  После слова «лови!» дети убегают, а водящий догоняет. Игра заканчивается, когда водящий догонит 2—3—4 игра­ющих, затем выбирается новый водящий. |
| Методические указания | Нельзя убегать раньше, чем будет произнесено «лови!» Но­вого водящего выбирает преподаватель. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Караси и карпы»** |
| Возраст | 5—7 лет. |
| Задача | Учить детей свободно передвигаться в воде. |
| Описание игры | Играющих разделить на две шеренги — «караси» и «карпы». Дети располагаются около противоположных бор­тиков. По сигналу начинают движение указанным способом (спиной, боком, в приседе и др.) навстречу друг к дру­гу. После слов «кара-си» или «кар-пы» названная коман­да начинает ловить игроков другой команды, а те в свою очередь спешат к своим местам. Подсчитывается количе­ство пойманных участников игры, затем игра начинается снова. |
| Методические указания | Ловить можно только тех детей, которые находятся не на своих местах. Одну и ту же команду иногда можно вызывать и два раза подряд. Нельзя толкать друг друга. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Невод»** |
| Возраст | 3-7 лет. |
| Задача | Помочь детям освоиться с сопротивлением воды. |
| Описание игры | Двое игроков («рыбаки»), взявшись за руки, по сигналу преподавателя бегут за «рыбками», которые свободно переме­щаются по бассейну. Каждая пойманная «рыбка» включается в цепь «рыбаков». Так постепенно составляется «невод». Игра заканчивается, когда все «рыбки» будут пойманы. |
| Методические указания | «Рыбка» считается пойманной, если ее коснулся рукой кто-то из «рыбаков». Ребенок, пойманный последним, объяв­ляется «самой быстрой рыбкой». |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Насос»** |
| Возраст | 3-7 лет. |
| Задача | Научить детей многократно погружаться в воду и выпол­нять выдох. |
| Описание игры | Дети стоят парами, взявшись за руки, лицом друг к другу. По очереди, приседая, они погружаются в воду с головой и выполняют выдох. |
| Метод. указания | Не разрешать детям опускать руки и вытирать лицо после окунания. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Переправа»** |
| Возраст | 4- 7 лет. |
| Задача | Совершенствовать передвижения в воде. |
| Описание игры | Дети делятся на две команды и встают около бортика друг напротив друга. По сигналу преподавателя указанным способом (в приседе, руки сцеплены за спиной, боком, руки на поясе и т. д.) стараются быстро переправиться через бассейн к противоположному бортику и там построиться в шеренгу. Выигрывает команда, которая без столкновений первой закончит «переправу». |
| Методические указания | Выполнять задание осторожно. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Футбол»** |
| Возраст | 4-7 лет. |
| Задача | Совершенствовать передвижения в воде. |
| Описание игры | Дети встают в одну шеренгу, им выдают мячи среднего размера. По команде преподавателя, ударяя мяч ногой, дети начинают передвигаться к противоположному бортику, а затем стараются попасть мячом в обруч. Побеждает тот, кто первым «забьет гол». |
| Методические указания | Нельзя касаться мяча руками. Нужно чередовать удары ногами, то есть бить по мячу то одной, то другой ногой. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Найди свой домик»** |
| Возраст | 4-7 лет. |
| Задачи | Приучать детей ориентироваться в необычных условиях, внимательно слушать сигналы и действовать в соответствии с ними. |
| Описание игры | 2- 3 разных обруча плавают на поверхности воды. Дети делятся на 2—3 группы, каждая становится около своего об­руча. По сигналу «Рыбки резвятся!» дети начинают бегать в разных направлениях. По сигналу «Найди свой домик!» они бегут к своим обручам. Побеждает та команда, которая первой собралась около своего «домика». |
| Методические указания | Следить за тем, чтобы дети не толкались, подальше убегали от «домиков». |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Пузырь»** |
| Возраст | 3-4 года. |
| Задача | Обучение детей погружению и выдоху в воду. |
| Описание игры | Взявшись за руки, дети встают в маленький круг и говорят: «**Раздувайся пузырь, раздувайся большой, оставайся такой, да не лопайся».** Образовав большой круг, дети начинают движение по кругу, проговаривая: «О**н летел, летел, летел, да за веточку задел. Вот и лопнул»**. После этих слов нужно остановиться, присесть и выполнить выдох в воду, затем игра начинается снова. |
| Методические указания | Двигаться можно шагом или бегом. Выдох выполнять пол­ностью в воду. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Оса»** |
| Возраст | 3-7 лет. |
| Задача | Учить детей быстро погружаться в воду. |
| Описание игры | Играющие образуют круг. Водящий (преподаватель) нахо­дится в центре. У него в руках палочка с веревочкой, а на конце «оса» (шарик с прикрепленным бантиком). Водящий пытается посадить «осу» на голову играющему. Игроки, спа­саясь от «осы», погружаются в воду с головой. Побеждает тот, кому ни разу на голову не села «оса». |
| Метод. указания | Водящему менять направление вращения |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Телефон»** |
| Возраст | 3-7 лет. |
| Задача | Учить детей быстро погружаться в воду и слушать под водой сигналы. |
| Описание игры | Дети, стоя около бортика, погружаются в воду. Препода­ватель 1—2—3 раза ударяет металлическим предметом по по­ручню. Вынырнув из воды, дети должны сказать, сколько было ударов. |
| Методические указания | Можно предложить детям разбиться на пары и по оче­реди попробовать произнести какой-то гласный звук или слово. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Найти клад»** |
| Возраст | * 1. лет. |
| Задача | Учить детей открывать глаза в воде. |
| Описание игры | Преподаватель разбрасывает тонущие предметы (шайбы, игрушки), предлагает детям достать эти предметы со дна и принести их ему. |
| Методические указания | Следить за тем, чтобы дети погружались в воду, открывали глаза в ней. Поощрять детей, которые смогли сразу достать несколько предметов. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Сомбреро»** |
| Возраст | 4-7 лет. |
| Задача | Учить детей подныривать под предмет. |
| Описание игры | Все играющие образуют круг, в центре которого плавает «мексиканская шляпа сомбреро» (надувной круг). Играющие по очереди подходят к «шляпе» и, поднырнув под нее, стара­ются надеть на голову. Те, кому это удается, считаются побе­дителями. |
| Методические указания | Можно на воду положить столько кругов, сколько игра­ющих, и провести соревнование «Кто первый наденет шляпу». |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Щука и рыбы»** |
| Возраст | 3-7 лет. |
| Задача | Учить детей смело погружаться в воду с головой |
| Описание игры | После слов преподавателя:  **Блещут в речке чистой**  **Спинкой серебристой**  **Маленькие рыбки.**  **Любят все резвиться!**  дети начинают перемещаться по дну бассейна в разных на­правлениях, помогая себе руками. Водящий («щука») сидит в углу бассейна. По сигналу «Щука плывет!» дети уплывают к бортику и погружаются в воду с головой или до подбородка. «Щука» ловит тех, кто не успел спрятаться в воду около бор­тика. |
| Методические указания | После повтора игры роль щуки поручить другому игроку. Нельзя толкать друг друга. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Поезд идет в тоннель»** |
| Возраст | 3-6 лет. |
| Задача | Учить детей погружаться в воду. |
| Описание игры | Играющие выстраиваются в колонну по одному и, поло­жив руки на пояс стоящего впереди, образуют «поезд», кото­рый поочередно проходит через 1—2 обруча, закрепленные в воде вертикально. |
| Методические указания | Во время проныривания можно выполнять выдох. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Удочка»** |
| Возраст | 5-7 лет. |
| Задача | Учить детей быстро погружаться в воду, задерживать ды­хание на вдохе. |
| Описание игры | Дети выстраиваются в шеренгу. После слов «**Ловись, рыб­ка, большая и маленькая!»** преподаватель начинает «ловить рыбу» с помощью удочки, с закрепленным на леске надувным мячом. Те дети, которых коснулся мяч, выбывают из игры. |
| Методические указания | Следить за детьми с отклонениями в здоровье (заболевания органов дыхания и сердечно-сосудистой системы). |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Охотники и утки»** |
| Возраст | 6-7 лет. |
| Задача | Упражнять в погружении в воду с головой. |
| Описание игры | Выбираются два «охотника», остальные дети — «утки». «Охотники» становятся по обе стороны бассейна, «утки» — в середине. После того как «охотникам» дан мяч, начи­нается игра. «Охотники» стараются попасть в «уток» мячом, а те погружаются в воду. Пойманные «утки» идут к «охот­никам» и помогают выбить остальных. Продолжительность игры — 3 минуты. После этого отмечают лучших «уток», выбирают новых «охотников» и вновь начинают игру. |
| Методические указания | Нельзя заходить за ограничительные линии. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Салки»** |
| Возраст | 5-7 лет. |
| Задача | Закреплять умение погружаться в воду. |
| Описание игры | Выбирается водящий — «салка». Дети передвигаются по бассейну в разных направлениях. По сигналу «салка» ста­рается догнать играющих.  *«Салки» с мячом:* водящий должен попасть мячом в иг­рока.  *«Салки» с надувным кругом*: водящий должен надеть круг на участника игры.  В этих играх дети, чтобы не быть пойманными, по­гружаются в воду с головой, ныряют и уплывают от во­дящего.  *«Салки» с шайбой:* водящий шайбой касается игрока, бросает ее в воду. Осаленный ныряет, достает шайбу со дна и бежит ловить другого участника игры. |
| Методические указания | Следить за тем, чтобы шайбу не бросали. Пойманные иг­роки собираются в определенном месте. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Смелые ребята»** |
| Возраст | 3-5 лет. |
| Задача | Приучать детей безбоязненно погружаться в воду. |
| Описание игры | Дети, взявшись за руки, образуют круг. Произнеся хором: «**Мы ребята смелые, смелые, умелые. Если захотим, в воду поглядим»,** все вместе погружаются в воду с от­крытыми глазами. |
| Метод. указания | Можно показать детям под водой какую-либо игрушку. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Жучок-паучок»** |
| Возраст | 3-6 лет. |
| Задача | Учить детей погружаться в воду. |
| Описание игры | Участники игры, взявшись за руки, идут по кругу. В цент­ре его стоит водящий — «жучок-паучок». Ребята произносят нараспев:  **Жучок-паучок вышел на охоту,**  **Не зевай, поспевай — прячьтесь все под воду!**  С последними словами все приседают под воду, а тот, кто не успел, становится «жучком-паучком». |
| Методические указания | Заинтересовывать детей не становиться «жучком». Тот, кто им не был, — молодец! |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«У кого больше пузырей?»** |
| Возраст | 3-7 лет. |
| Задача | Учить детей правильно выполнять выдох в воду. |
| Описание игры | Дети, стоя в кругу или в шеренге, погружаются в воду и делают полный выдох через нос и рот. Победителем становит­ся тот, у кого больше пузырей. |
| Методические указания | Возможны варианты:  *«Споем песенку рыбкам»',* на выдохе дети должны произне­сти звук [у] долго, протяжно.  *«Вода кипит»:* разбившись на две команды, дети встают в крути, держатся за лежащие на воде обручи, опускают лицо в воду и выполняют выдох. Выигрывает та команда, у которой больше пузырей. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Чья игрушка впереди?»** |
| Возраст | 3-7 лет. |
| Задача | Учить детей многократно выполнять выдох. |
| Описание игры | Дети становятся в шеренгу, приседают, руки сцепляют за спиной. Перед каждым участником игры на воду кладут тен­нисный мячик. По команде преподавателя дети начинают дуть на шарик, продвигаться вперед. Выигрывает тот, кто быстрее дойдет до финишной линии. |
| Методические указания | Не разрешать детям ложиться на воду, брать шарик рукой.  Возможен вариант — *«Буря в море»:* дети встают около об­руча, который лежит на воде. Обруч — море, шарики — кораб­ли. Теннисные шарики находятся внутри обруча у его краев. Нужно подуть на них так, чтобы сдвинуть их к середине обруча. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Море волнуется»** |
| Возраст | 3-7 лет. |
| Задача | Учить детей лежать на воде. |
| Описание игры | Дети стоят в шеренге вдоль бортика. Произносят слова:  **Море волнуется — раз,**  **Море волнуется — два,**  **Море волнуется — три**  и, опустив руки на воду, производят движения из стороны в сторону. После слов «**Морская фигура, замри**!» играющие ло­жатся на воду, изображая морских обитателей.  Варианты фигур:  *«Медуза»* — лежать на воде, выгнув спину, опустить руки и ноги вниз (для детей 3—7 лет);  *«Звезда»* — лежать на груди или спине, разведя руки и ноги в стороны (для детей 3—7 лет);  *«Поплавок» —* лежать на воде в группировке, обхватив ру­ками колени, прижав подбородок к груди (для детей 4—7 лет);  *«Акула»* — лежать на груди, ноги вместе, руки согнуты в локтях, ладони сомкнуты над головой — «плавник» (для де­тей 4—7 лет);  *«Краб»* — лежать на груди, согнув руки в локтевых, ноги в коленных суставах, разведя конечности в стороны (для детей 3-7лет);  *«Морской конек»* — лежать на груди, прогнувшись, ухватив кистями рук голеностопы (для детей 5—7 лет);  *«Кораллы»* — лежать на груди или спине, причудливо со­гнув руки и ноги (для детей 4—7 лет) и т. д. |
| Методические указания | Детям младшего возраста можно подсказывать следующим образом:  Море волнуется — раз,  Море волнуется — два,  Море волнуется — три,  Морская звезда на груди — замри  и т.д. В дальнейшем дети сами будут выбирать фигуру, про­являя фантазию. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Пузырь»** |
| Возраст | 3-5 лет. |
| Задача | Учить детей выполнять полный выдох в воду. |
| Описание игры | Дети образуют крут, взявшись за руки, подходят близко друг к другу, говорят хором: «**Раздувайся, пузырь, раздувайся большой (расходятся)! Оставайся такой, да не лопайся».**  После слов педагога «**пузырь лопнул!»** дети погружаются в воду и выполняют выдох. |
| Методические указания | Следить за тем, чтобы дети выполняли полный длинный выдох. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Дельфины в цирке»** |
| Возраст | 3-7 лет. |
| Задача | Учить детей безбоязненно ложиться на воду. |
| Описание игры | Дети выстраиваются в колонну по одному. Преподава­тель одной рукой держит обруч перед первым участником игры. Дети по одному ныряют через обруч и ложатся на воду. |
| Методические указания | Детям, которые боятся выполнить упражнение, предло­жить поддержку (руку преподавателя). Малыши после проны­ривания через обруч могут опустить руки на дно (для детей 3—7 лет). |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Затейники»** |
| Возраст | 3-7лет. |
| Задачи | Учить детей лежать на воде, погружаясь в воду с головой, выполнять выдохи. |
| Описание игры | Дети стоят в кругу, взявшись за руки. Начинают идти по кругу со словами:  **Ровным кругом Друг за другом Мы идем за шагом шаг.**  **Стой на месте.**  **Дружно вместе Делаем вот так.**  Преподаватель показывает или называет то упражнение, которое дети должны выполнить. |
| Методические указания | Упражнения следует давать в зависимости от подготовлен­ности занимающихся. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Буксир»** |
| Возраст | 5-7 лет. |
| Задача | Закреплять навык лежания на воде. |
| Описание игры | Дети разбиваются на пары. Один принимает положение «стрелы», другой буксирует его, взяв за кисти рук. Выигрывает та пара, которая первой придет к финишу. Затем партнеры меняются местами. |
| Методические указания | Это упражнение можно выполнять в положениях на груди и на спине. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Кто дальше проскользит»** |
| Возраст | 5-7 лет. |
| Задача | Закреплять навык скольжения на груди, спине. |
| Описание игры | Дети, взяв в ладони маленькую игрушку, по одному вы­полняют скольжения указанным способом. Там, где ребенок остановился, преподаватель кладет на бортик игрушку. Дети сами оценивают качество выполнения данного упражнения. В следующий раз пытаются улучшить свой результат. |
| Методические указания | Следить за правильным исходным положением, силой толчка. Можно предложить разные способы скольжения:  1-руки впереди;  2-руки вдоль туловища;  3-одна рука впереди, другая вдоль туловища;  4-руки на поясе. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Салки»** |
| Возраст | 5-7 лет. |
| Задача | Закреплять навыки лежания на воде и скольжения. |
| Описание игры | Выбирается водящий — «салка». Дети передвигаются по бассейну в разных направлениях. По сигналу «салка» ста­рается догнать кого-нибудь из играющих и дотронуться до него. Спасаясь от него, дети должны принять указанное положение. Если водящий дотронется до играющего рань­ше, чем он принял это положение, тот считается пойман­ным.  Возможны варианты:  *«Салки»* с *«Поплавком» —* дети принимают положение «По­плавок»;  *«Салки»* со *«Звездочкой» —* дети выполняют упражнение «Звезда» на груди или спине;  *«Салки»* со *«Стрелой»* — дети должны скользить на груди или спине, как при выполнении упражнения «Стрела». |
| Методические указания | Следить, чтобы дети не держались за поручень, не опуска­ли руки на дно. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Пушбол»** |
| Возраст | 5-7 лет. |
| Задача | Развитие ориентировки в воде. |
| Описание игры | Играющие делятся на две команды и располагаются в раз­ных концах бассейна. Каждой команде дается определенное количество мячей разного диаметра. По сигналу игроки обеих команд начинают перебрасывать мячи на территорию противоположной команды одной или двумя руками. Продолжительность игры — 3—5 минут. Выигрывает та команда, у ко­торой осталось меньше мячей. |
| Методические указания | Количество мячей не должно соответствовать количеству игроков. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Водное поло»** |
| Возраст | 6-7 лет. |
| Задачи | Совершенствование передвижения в воде.  Учить попадать в цель. |
| Описание игры | Игроки делятся на две команды. Первая занимает линию поля с одной стороны, вторая — с другой. У каждой ко­манды за спиной «ворота». Преподаватель выбрасывает мяч на середину поля. Игроки быстро плывут к центру, стараясь завладеть мячом и бросить его в «ворота» противника. Вы­игрывает команда, забросившая мяч в ворота противника большее количество раз. Игра продолжается 3—5 минут. |
| Методические указания | «Ворота» можно заменить большими корзинами, которые ставят на бортик. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Разноцветные мячики»** |
| Возраст | 5-7 лет. |
| Задача | Закреплять навык лежания на воде. |
| Описание игры | Выбирается водящий, который уходит в угол бассейна. Детям выдаются мячи. По сигналу дети играют с мячом. По свистку — ложатся на воду, удерживая мяч руками. Водящий спешит поймать игрока, который не смог лечь на воду. Пой­манный становится водящим. |
| Методические указания | Дети могут лежать и на груди, и на спине. Лежание на воде длится не более 10 секунд. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Гонка корабликов»** |
| Возраст | 3-7 лет. |
| Задачи | Доставить детям удовольствие, повысить интерес к заня­тиям.  Закрепление умения правильно работать ногами способом кроль. |
| Описание игры | Дети встают в шеренгу, надевают круги, ложатся на грудь или спину, цепляются руками за соседние круги. По команде все дети начинают дружно работать ногами способом кроль и плывут до противоположного бортика. |
| Методические указания | Следить за правильным положением тела на воде: если на груди, то на круге должен лежать подбородок, если на спине — затылок; тело у поверхности воды; ноги прямые, носки оттянуты, повернуты внутрь. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Морская змея»** |
| Возраст | 5-7 лет. |
| Задачи | Доставить детям удовольствие, повысить интерес к заня­тиям. Закрепление навыка лежания на воде. |
| Описание игры | Дети строятся в колонну по одному. Ребенок, стоящий первым, поворачивается лицом к детям, берет товарища за руки, по команде начинает двигаться спиной вперед. Осталь­ные дети поочередно быстро ложатся на воду, цепляясь кис­тями рук за голеностопы ног впереди стоящего. |
| Методические указания | Желательно, чтобы дети опустили лицо в воду и выполня­ли упражнение на задержке дыхания. |