**Игры на воде**

****

Игры на воде занимают важное место в воспитании и обучении детей дошкольного возраста. Дети, хоть и любят купаться, часто боятся войти в большой водоем, а тем более, научиться плавать. Подвижные игры в бассейне помогут преодолеть страх и полюбить воду.

Однако это далеко не все достоинства игр на воде. В бассейне или любом водоеме очень удобно тренировать мышцы, поскольку тело кажется намного легче, чем в воздушном пространстве. В связи с этим педагогические теории раннего развития детей практикуют занятия в бассейнах.

**Дети развивают:**

* **ловкость;**
* **внимание;**
* **реакцию;**
* **чувство команды;**
* **учатся плавать и нырять.**

*Подвижные игры на воде для детей дошкольного возраста обязательно должен организовывать и контролировать взрослый: следить, чтобы дети выполняли правила игры, не заходили слишком глубоко, и просто для того, чтобы предостеречь малышей от несчастных случаев*.

**УВАЖАЕНМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

**ПРЕДЛЯГАЮ ДЛЯ ВАС РАЗЛИЧНЫЕ ВАРИАНТЫ ИГР НА ВОДЕ!**

**Дети 3-4 лет**

Начнем с игр, которые можно предложить для детей раннего возраста (2-3 года).

В 2-3 года необходимо приучить ребят бесстрашно заходить в воду: отсутствие боязни воды понадобится в любом возрасте.

**«Кто быстрее!»**

Игра для дошкольников 3-4 лет может быть проведена в бассейне с небольшим количеством воды или открытом водоеме на мелководье. Попросите ребенка (несколько детей) встать в нескольких метрах от линии водоема. По сигналу ребенок должен, как можно быстрее добежать до воды. Побеждает тот, кто сделает это первым или за короткое время.

**«Цветочки»**

Для детей 3-4 лет можно предложить следующие игры. Малыш находятся в бассейне с уровнем воды приблизительно по колено. Родитель просит ребенка представить себя цветочком, деревом и т.п. (ребенок выполняет произвольные движения, изображая руками ветки растений). После слов: «Цветочек засыхает, его нужно полить!» малыш начинает поливать себя из ведра водой.

*Так дети с раннего возраста закаляются и привыкают к температуре воды.*

**

**«Водопад»**

Один из вариантов игры для ребят 3-4 лет, где дети должны полить себя водой, является игра «Водопад». Малыш двигается по воде. По сигналу родителя: «Водопад!» ребенок обливает себя водой. Если играют несколько детей, родитель не должен допускать ситуации, когда малыши обливают друг друга, так как это может привести к несчастным случаям или просто испугать ребенка, который не готов к тому, что он будет облит водой.



**«Обезьянка»**

**(с участием нескольких детей)**

****

Обезьянка – животное, которое все за всеми повторяет. Став в круг в бассейне и водоеме, дети выбирают ведущего. В первый раз им может быть родитель. Ведущий показывает движения, а остальные должны их точно повторять. Тот, кто делает неверно, сам становится ведущим. Желательно, чтобы движения для повторения были насыщены прыжками, шагами, приседаниями: благодаря им тренируются мышцы ног, так как в воде передвигаться сложнее, чем на суше.

**Дети 5-7 лет**

*Подвижные игры для дошкольников 5-7 лет будут направлены на развитие ловкости и умения нырять и плавать.*

Дети в основном начинают учиться плавать с помощью надувного круга.

**«Эстафета с родителями»**

****

В 5-7 лет детям можно предложить соревнования в плавании на круге. Игра может, организовывается не только поперек водоема, но и вдоль. Так будет более спокойно и комфортно плыть, т. к. можно выбрать безопасную глубину.

В роли ориентиров становятся родители. Дети выстраиваются в линию (ребенок) и по сигналу родителя начинают плыть, пока не коснуться 1 родителя стоящего на определенном расстоянии, затем возвращаются к 2 родителю. Кто быстрее приплывет обратно, тот и победил. Ребят можно разделить на команды: побеждает команда, в которой участники быстрее всех выполнят задание.

**Ныряние: «Игра домик»**

****

Чтобы научить детей нырять в 5-7 лет, предложите им следующую игру. Положите на воду надувной круг – это будет «домик» утят, рыбок или любого животного. Дети должны проникнуть в домик, не двигая его. Для этого им необходимо нырнуть и вынырнуть уже в кругу. Точно так же они возвращаются обратно.

* Многие подвижные игры, в которые играют на суше с мячом, будут актуальны и на воде для детей 5-7 лет, например, пятнашки, волейбол или в выбивного. Принципы игры те же самые.

**«Подводный мяч»**

****

Мяч может стать верным помощником для ребят 5-7 лет в обучении нырять. Следующая игра как раз имеет цель научить детей задерживать воздух под водой. Дети становятся в круг. Уровень воды - по пояс.

* *Перед игрой обязательно потренируйтесь с ребенком.*

*Начнем с подводящих упражнений, чтобы ребенок не испугался:*

*1. Сделать вдох и задержать дыхание на 5 секунд - выдох (родитель считает), затем увеличьте время на 2-3 секунды.*

*2. То же самое с мячом. Вдох передать мяч друг другу.*

Задача – опустить голову и руки в воду и передать мяч друг другу под водой. При небольшом количестве участников мяч должен пройти по кругу и вернуться к первому человеку, пока дети не вынули головы из воды.

**Игра с мячом «Наперегонки»**

****

С мячом устраивают плавание наперегонки. Родитель бросает мяч, а ребенок (дети) вплавь его догоняют. Если несколько детей, в чьих руках окажется мяч, тот и побеждает. Точно так же можно играть в догонялки без мяча.

Кроме мяча, в качестве помощников в игре с детьми 5-7 лет используйте и другие предметы, например, пластиковые бутылки, игрушки.

**Подводная игра: «Найди сокровище!»**

****

Если дети хорошо ныряют, можно проводить с ними подвижные игры на воде, где необходимо нырнуть и достать спрятанную на дне вещь.

* *Если еще не научились нырять, вода должна быть на уровне колен. С начало начинаем искать руками. Затем постепенно увеличивать высоту воды. Чтобы ребенок адаптировался к водному пространству.*

Начните с яркой игрушки или камешков, ракушек, которая легко уйдет под воду. Когда дети будут без труда доставать предметы, наполните водой пластиковую бутылку и бросьте ее в воду: задание усложнится, так как придется искать прозрачный, сливающийся по цвету с водой предмет.

* *Для тренировки дыхания предложите детям следующую игру без погружения. По первому сигналу ребенок задерживает дыхание и начинает плыть без погружения, по второму сигналу выдыхают.*

**Итак, подвижные игры на воде чрезвычайно полезны для развития детей. Однако прежде чем организовывать такие игры, взрослые должны провести для детей инструктаж по теме «Правила поведения в воде» и принять все меры предосторожности для безопасности детей.**

**Берегите свою семью и будьте здоровы!**

****