

Игры на воде для детей

Игры на воде для детей всех возрастов являются увлекательным и интереснейшим занятием. Помимо того, что игры на воде способны подарить массу положительных эмоций, они также способствуют укреплению организма и общего состояния здоровья, развивают в детях волевые качества, формируют навыки плавания, воспитывают чувство коллективизма и товарищества (если игра на воде командная).

Игры на воде для детей могут быть сюжетными и бессюжетными, командными и не командными – все зависит от желания игроков и поставленной цели. Есть игры на воде для детей, рассчитанные на самых маленьких – они позволяют детям освоиться в воде, учат малышей свободно в ней передвигаться. Другие игры на воде дают возможность сформировать правильное дыхание (задерживать дыхание под водой, выдохнуть в воду), выполнять разнообразные движения в воде руками и ногами: нырять, погружаться в воду и прыгать в нее. Обучают игры, включающие элементы прикладного плавания, будут интересны и полезны детям уже младшего школьного возраста.

Вариантов игр на воде для детей большое количество. Ознакомившись с некоторыми из них, каждый может выбрать какую-либо игру – она обязательно разнообразит отдых с детьми у водоема. До начала игры лучше отработать основные ее элементы на суше. Так малыши и усвоят правила игры на воде, и смогут четко выполнять поставленные задачи.

Игры, помогающие привыкнуть к воде, рассчитаны на детей не умеющих плавать. Проводятся они в неглубоких водоемах, где ребенок может спокойно встать хотя бы по пояс.

«Кто первый»

С помощью этой игры дети учатся быстро и решительно заходить в воду.

Описание игры. Для игры чертится черта на берегу на расстоянии 3-5 метров от воды. По сигналу дети, выстроившиеся у черты, должны забежать в воду и достигнуть отмеченного места (веревкой или шестом), после чего бегом возвращаются на берег.

«Морской бой»

Игра предполагает «перестрелку» брызгами. Эта игра учит не бояться попадания воды на лицо и в последующем смело погружаться в воду.

Описание игры. Дети, встав друг напротив друга, брызгают друг в друга водой. Кто первый начал вытирать лицо или отвернулся от соперника, выбывает из игры, получив штрафное очко.

«Кто выше прыгнет»

Игра-упражнение учит отталкиваться от воды, удерживать равновесие, опираться о воду.

Описание игры. Дети, стоя на дне, подпрыгивают вверх, помогая себе руками, отталкиваясь от воды.

«Надень круг»

Эта игра поможет научить погружаться в воду.

Описание игры. Перед малышом на воду кладется надувной круг. По условиям игры ребенок должен нырнуть в воду и вынырнуть из нее уже в кругу.

По мере взросления ребенка можно обучать элементам прикладного плавания, и в этом игры для детей пригодятся как нельзя кстати.

«Салки»

Игра для освоения погружения под воду с задержкой дыхания.

Описание игры. Задача того, кто ловит, – поймать одного из игроков и запятнать его, при этом, если игрок

нырнул, запятнать его ловец не может. Ждать долго, пока погрузившийся под воду вынырнет, водящему запрещено.

«Водолазы»

Игра проводится только в чистом водоеме с прозрачной водой: ее основная цель – поиск выброшенного в воду детьми яркого предмета.

Описание игры. *Каждый из игроков должен закинуть в воду какой-то заметный предмет: кубики или другие элементы конструктора, игрушечную машинку. Все кидают предметы с одинакового расстояния, с которого потом по команде ведущего заходят в воду и с закрытыми глазами пытаются отыскать свой предмет. Выигрывает тот, кто отыщет свою «потерю» первым.*

Игры на воде для детей с мячом – это отдельная категория забав. Они требуют повышенной активности, развивают у детей координацию движений, быстроту реакции, решительность.

«Пятнашки»

Играют в нее, как в обычные пятнашки, вот только запятнать тут водящий должен четким попаданием мяча. Если игрок спрятался в воду, запятнать мячом его водящий уже не может. Тот, кого водящий мячом всетаки осалил, становится водящим.

«Эстафета»

Детей делят на две команды, каждая из которых выстраивается в шеренгу, капитанам дают мячи. Дети передают мяч игроку, стоящему сзади, либо через голову, либо наклоняясь и передавая его между ног. Последний в колонне, получив мяч, бежит вперед и становится первым в шеренге.

«Посмотри под водой»

Игра поможет научиться открывать глаза под водой, ориентироваться в пространстве

Описание игры. *Встаньте друг напротив друга. Опуститесь под воду и показывайте ребенку разное*

количество пальцев (на расстоянии 30-40 см от глаз). Поднявшись из воды, спросите у него, сколько пальцев Вы показали. Потом поменяйтесь местами. В эту игру играть лучше в очках.

«Сомбреро»

Описание игры. Положите перед собой резиновый круг и, сделав вдох, погрузитесь в воду так, чтобы, вставая, надеть этот круг на голову.

«Тяги-перетяги»

Описание игры. Встаньте спиной друг к другу (лучше, если в этой игре будут участвовать двое детей), проденьте руки под локти партнеру. Каждый игрок, поочередно наклоняясь вперед, должен оторвать партнера от дна, потом опускает лицо в воду и делает выдох. Второй игрок не должен сгибать и поднимать ноги.

«Торпеды»

Описание игры. Опустите голову в воду, лягте на грудь и подготовьтесь скользить по воде. Сделайте вдох, задержите дыхание и, сильно оттолкнувшись от дна, скользите вперед, двигая ногами кролем. Место, где игрок встал на дно или поднял голову для вдоха, считается его финишем.

Эти игры можно использовать как в открытых водоемах, так и в закрытых. Проводя игры на открытых водоемах, следует помнить, что малышам необходима защита от солнца. Кожу следует защищать солнцезащитным кремом, а на голову одевать панаму (по выходу из воды). Кроме того, не следует разрешать детям находиться в воде слишком долгое время. Даже если она теплая, а на улице жаркая и сухая погода, всегда есть риск переохлаждения от слишком долгого пребывания в воде, вследствие чего ребенок может заболеть.

С такими играми ребенок научится не бояться воды, познакомится с ее свойствами и просто весело проведет время с родителями. Подыгрывайте ему иногда, но не увлекайтесь: пусть ребенок почувствует вкус командной игры.

Хорошего Вам отдыха!