

## **«Игры и развлечения на воде для детей среднего и старшего дошкольного возраста»**

Подготовил:  
Инструктор по физической культуре  
Неничас В.И.

### **Развлечение №1.**

«Чехарда» – в эту игру играю двумя способами.

Способ первый. Игроки выстраиваются по одному в колонну на расстоянии два метра друг от друга, при этом немного наклонившись. Последний игрок в колонне перепрыгивает через каждого игрока, стоящего впереди.

Способ второй. Игрок, стоящий в конце колонны перепрыгивает через одного игрока, а затем ныряет в воду под широко расставленные ноги другого.

### **Развлечение №2.**

«Надень круг». Для этой игры необходим резиновый круг, который следует положить на воду перед собой. После этого сделать вдох и нырнуть в воду таким образом, чтобы вынырнув из воды надеть круг на голову. В данной игре могут участвовать два и более человек. Побеждает тот, кто быстрее или большее количество раз, сумеет надеть круг на голову.

### **Развлечение №3**

«Морской бой». Игра «морской бой» проводится следующим образом: два, четыре или более человек становятся напротив друг друга на расстоянии одного-двух шагов. И начинают брызгать водой в соперников. В том случае если в игре участвуют четыре, шесть или восемь человек, то они разбиваются на две равные команды. Из игры выбывает тот, кто повернется спиной к сопернику или начнет вытирать лицо руками.

### **Развлечение №4**

«Торпеды». Игра проводится следующим образом. Один из игроков делает глубокий вдох и, максимально оттолкнувшись от дна, скользит

вперед. Во время плавания дышать запрещается. Нужно плыть только под водой. То место, где игрок вынырнул на поверхность, считается его финишем, остальные участники пытаются проплыть дальше.

#### **Развлечение №5**

«Борьба». Игрок, захватывает соперника за руки и туловище, пытается оторвать его от дна, а после этого окунуть с головой в воду. Победителем считается тот, кто выиграет большее количество раз. Во время игры запрещается удерживать соперника под водой.

#### **Развлечение №6**

«Крокодил на охоте». Один из игроков, водящий, ловит остальных за голени

#### **Развлечение №7**

«Доска серфингиста». Ребенок ложиться грудью на плавательную доску, не держась руками за доску, старается удержаться в горизонтальном положении.

#### **Развлечение № 8**

«Акробат». Ребенок прижимает к груди пляжный мяч, и выполняет кувырki вперед и в стороны.