

## Мастер - класс

### «Играем везде – на суше и в воде»

*Инструктор по физической культуре*

*МАДОУ Боровского детского*

*сада «Журавушка» Ахметова А.А.*

**Цель:** Повысить интерес детей к ЗОЖ (здоровому образу жизни), желание заниматься физической культурой

#### **Задачи:**

1. Раскрыть возможности применения водных подвижных игр на суше для развития интереса к занятиям физической культурой
2. Разнообразить картотеку подвижных игр дошкольных работников, по средствам водных игр.
3. Оценить эффективность применения водных игр на суше на эмоциональное состояние детей, как в физкультурном зале, так и в занятии плаванием.

Игра – это ведущая деятельность ребенка в дошкольном детстве. В игре ребенок сам стремится научиться тому, что он еще не умеет.

Подвижные игры просты в организации, всегда интересны детям и эффективны не только для физического развития, но и социального и интеллектуального, так как многие из них требуют смекалки, скорости реакции, внимательности, выработки стратегии. Подвижные игры с правилами, как и занятия, физкультурой, вырабатывают у детей сосредоточенность внимания при запоминании движений, точность движений и ориентировки в окружающей обстановке, ловкость и скорость движений, умение выполнять движения в одном темпе с коллективом. Игры способствуют воспитанию волевых качеств: выдержку, смелость, умение преодолеть трудности, умение не уклоняться от правил, переживать поражение и победу, умение выслушивать замечания, и корректировать свои движения.

Педагоги часто используют на занятиях традиционные подвижные игры, те которые нам предлагает ФГОС, не задумываясь, что существует еще огромное множество развивающих игр, которые нам предлагают различные виды спорта. Так, например, в плавании для того, чтобы научить ребенка плавать тренеры придумали замечательные игры на суше, чтобы помочь ребенку освоиться в воде. Но не каждый догадается подсмотреть и использовать эти игры на обычных физкультурных занятиях.

Для того чтобы разнообразить картотеку подвижных игр дошкольных работников, я предлагаю Вам несколько вариантов игр в воде, которые можно применить на суше как на физкультурных занятиях, так и во всех режимных моментах.

Рекомендуемые игры:

### ***«Сердитая рыбка»***

Задача игры: приучать детей смело передвигаться в воде - на суше, менять направление, быстроту движения. Развитие двигательных способностей, общей координации. Воспитывать положительные эмоции.

Описание: 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 тихо лежит,  
Сердитая рыбка, наверное, спит.  
Подойдем мы к ней, разбудим  
И посмотрим, что же будет.

Рыбка начинает ловить детей, дети разбегаются, рыбка гонится за ними. Затем рыбка возвращается на место. Игра повторяется с новым водящим.

Правила: Выполнять движения в соответствии с текстом, убегая от сердитой рыбки, не толкать друг друга.

Методические указания: Первый раз сердитой рыбкой может быть преподаватель. Не следует быстро бежать за детьми. Надо дать им

возможность убежать на свое место. При многократном повторении можно догонять детей.

### **«Медвежонок Умка и рыбки»**

Задача игры: приучать детей двигаться по кругу в разных направлениях, взявшись за руки. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом. Воспитывать внимание, ловкость, точность передвижения.

Описание: Из числа играющих, выбирается медвежонок Умка. Остальные дети — рыбки. Умка делает вид, что спит, а рыбки водят хоровод со словами:

Рыбки весело плескались  
В чистой светленькой воде (свободно гуляют по бассейну),  
То завьются (круговые движения руками),  
Разовьются (круговые движения в обратном направлении),  
То заплывают в воде (дети разводят руками в разные стороны).  
Умка — белый медвежонок —  
Спрятал мордочку свою.  
Нас поймать он очень хочет (дети идут по кругу),  
Но покажем нос ему!

После этих слов ребята уплывают, кто, как может, а Умка догоняет их. Дотронувшись до 3—4 ребят, Умка возвращается на место. Воспитатель или Умка выбирают нового водящего, и игра продолжается.

Правила: Выполнять движения нужно в соответствии с текстом, уплывать только с последними словами.

Методические указания: Преподаватель играет вместе с детьми, показывает, какие движения надо делать.

## **«Рыбки резвятся»**

Задача игры: Приучать детей смело передвигаться в воде, ориентироваться в необычных условиях. Воспитывать смелость, ловкость, активность, быстроту реакции, внимательность.

Описание: Перед началом игры ведущий рассказывает детям: «Жили в море-океане рыбки. Они любили нырять, плескаться, в воде кувыряться. Корм себе добывали, горя-печали не знали. Но вот пришёл на берег моря рыболов. Раскинул он приманку и давай рыбёшек из воды таскать. Пришлось рыбкам быть старательными, очень шустрыми и внимательными, чтобы и приманку получить, и рыбаку на удочку не попасть. Давайте мы с вами поиграем в рыбака и рыбок. Кто хочет стать рыбаком? Начинаем».

В бассейне разбрасывается «приманка» (например какие-нибудь игрушки, или мячики). Все играющие, кроме одного водящего – «рыболова», - изображают «рыбок» и стоят вдоль одного из бортиков бассейна. «Рыболов» находится в центре бассейна, поближе к приманке. «Рыбки», стараясь увернуться от «рыболова», подбегают к приманке, собирают её и перебегают на противоположную сторону бассейна.

Правила: Выигрывает не задержанный водящий игрок, набравший большее количество «приманок». В следующий раз он становится «рыбаком». Пойманным считается игрок, которого «рыболов» коснётся рукой.

Методические указания: Первый раз «рыбаком» может быть преподаватель. Не следует быстро ловить детей. Надо дать им возможность собрать приманку.

## **«Хоровод»**

Задача игры: учить детей погружаться с головой в воду. Развивать умение переходить от одного вида движений к другим. Воспитывать смелость, активность, желание играть.

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

Мы идем, идем.

Хоровод ведем.

Сосчитаем до пяти.

Ну, попробуй нас найти!

После чего хоровод останавливается, дети хором считают до пяти и отпускают руки. При счете «пять» все одновременно погружаются с головой, после чего выпрямляются. Игра продолжается, хоровод движется 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.

### **«Невод»**

Задача игры: помочь освоиться с сопротивлением воды. Развитие ориентировки в воде — пространстве. Развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей

Описание: Играющие - «рыбки» располагаются в ограниченном пространстве. Двое рыбаков, взявшись за руки, по сигналу преподавателя бегут за рыбкой, стараясь окружить ее. Каждая пойманная рыба включается в цепь рыбаков. Так постепенно составляется невод. Игра заканчивается, когда все рыбки будут пойманы.

Правила: Нельзя ловить рыбу разорванным неводом. Нельзя толкаться, топить друг друга, хватать за руки, туловище.

Методические указания: Водящих назначает преподаватель. Пойманный последним объявляется самой быстрой, проворной рыбкой.

### **«Караси и карпы»**

Задача игры: учить детей свободно передвигаться в воде. Развитие двигательных способностей, внимания, координации, быстроты реакции.

Описание: Преподаватель разделяет играющих на две равные группы. Дети становятся в шеренги спиной друг к другу. Расстояние между шеренгами 0,5—1 м. Для каждой шеренги заранее намечается направление, в котором надо бежать. Одна шеренга — караси, другая — карпы. Преподаватель в произвольном порядке произносит эти слова. Названная команда (шеренга) тотчас бежит в указанном направлении. Дети другой команды, поворачиваются и догоняют убегающих, стараясь дотронуться до них рукой. Ребенок, которого коснулись рукой, останавливается. По сигналу преподавателя все останавливаются, возвращаются на прежние места, и игра начинается сначала.

Правила: Находясь в шеренге, нельзя оборачиваться назад. Во время перебежки нельзя толкать друг друга. После сигнала об остановке нельзя продолжать бег.

Методические указания: Строить шеренги лучше по росту, чтобы их правые фланги находились друг против друга. Одну и ту же команду можно вызывать иногда и два раза подряд. Слова «караси» и «карпы» преподаватель должен произносить медленно, протяжно, растягивая первые слоги слова и быстро произнося последние.

### **«Лягушата»**

Задача игры: учить детей погружаться с головой в воду. Приучать детей внимательно слушать сигналы и действовать в соответствии с ними. Развитие внимания.

Описание: Знакомя детей с правилами игры, инструктор рассказывает детям, что бассейн — это «болото», в котором живут лягушки. Лягушки очень любопытные и шустрые существа, днём они ловят комаров, прыгают, поют свои лягушачьи песни. Одна беда — пугливые очень лягушата. Да и есть от чего — то щука норovit их под водой схватит, то цапля зазевавшегося лягушонка сцапает. Так и приходится спасаться лягушатам от цапель и щук.

По команде инструктора: «Щука!» - лягушата выпрыгивают из воды. По команде: «Цапля» - «лягушата» прячутся под воду.

Правила: Неверно выполнивший команду получает штрафное очко, выигрывают те, кто набрал меньше всего штрафных очков.

**Вывод:**

1. По средствам водных подвижных игр на суше дети будут легче адаптироваться к водной среде, уверено чувствовать себя в воде.
2. Новые игры повысят интерес к занятиям, как в физкультурном зале, так и в бассейне.

**Список литературы**

1. Осокина Т. И. Обучение плаванию в детском саду: кн. для воспитателей дет. сада и родителей – М.: Просвещение, 1991.
2. Рыбак М. В. Раз, два, три, плыви...: метод. пособие для дошкол. образоват. учреждений. – М.: Обруч, 2010.
3. Рыбак М. В. Плавай как мы!: (методика обучения плаванию детей 2-5 лет)/ Марта Рыбак. – М.: Обруч, 2014.
4. Патрикеев А.Ю. Игры с водой и в воде. Подготовительная к школе группа/ - Волгоград: Учитель: ИП Гринин Л.Е., 2014.