

**ИГРЫ И РАЗВЛЕЧЕНИЯ  
НА ВОДЕ,  
ПРИМЕНЯЕМЫЕ НА  
РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ  
ОБУЧЕНИЯ**



# План

1. Значение игр и развлечений на воде.
2. Классификация игр.
3. Применение игр в период освоения с водой.
4. Применение игр на этапе освоения техники плавания.
5. Методические указания к проведению игр при обучении плаванию.
6. Образцы различных игр, используемых при обучении детей плаванию.

## Литература

1. Афанасьев В.З. Игры в обучении плаванию. Лекция, М., ГЦОЛИФК, **1983.**
2. Булгакова Н.Ж. Плавание.- Учебник для институтов физической культуры, М., ФиС, **1979.**
3. Вологин А.А., Кулибаба Н.Б. Игры на воде для уроков плавания с детьми младших возрастов, сб. “Плавание”, вып. **1**, М., ФиС, **1982.**
4. Епшин М.М. Язык игры.- сб. “Плавание”, вып. **1**, М., ФиС, **1980.**
5. Качкуркин В.Н. Важная роль игр в тренировке пловцов.- сб. “Плавание”, вып. **2**, М., ФиС, **1977.**
6. Никитский Б.Н., Васильева В.С. Обучение детей плаванию.- М., ФиС, **1975.**
7. Плавание / под. Ред. Платонова В.Н. Киев, олимпийская литература. **2000г. 495с**
8. Хрущев С.В. Врачебный контроль за физическим воспитанием детей.- М., Медицина, **1980.**

## ЗНАЧЕНИЕ ИГР И РАЗВЛЕЧЕНИЙ НА ВОДЕ

Игра является основным видом деятельности дошкольника и занимает большое место в жизни детей младшего и среднего школьного возраста. Она оказывает многогранное влияние на психическое развитие детей, является одним из действенных средств разностороннего физического воспитания. В игре дети овладевают новыми навыками, умениями и знаниями.

Игра в воде необходима не только для организаций познания и совершенствования плавательных движений. Специальные эксперименты показали, что дети, играющие в воде и с водой, реже запаздывают в речевом развитии (А.С. Синваловская, **1981**).

В игровой деятельности детей объективно сочетаются два очень важных фактора: с одной стороны дети включаются в практическую деятельность, развиваются физически, привыкают самостоятельно действовать, с другой - дети получают моральное и эстетическое удовольствие от этой деятельности, углубляют познания окружающей среды. Все это в конечном итоге способствует воспитанию личности в целом.



Таким образом, игра - одно из комплексных средств воспитания: она направлена на всестороннюю физическую подготовленность, совершенствование функций организма, черт характера играющих.

При работе с детьми для повышения мотивации занятий плаванием необходимо учитывать монотонность работы в воде, следовательно применение игр просто необходимо.

Основной формой деятельности ребенка является игра. Необходимо, чтобы на уроках постоянно присутствовал игровой элемент, уроки были интересными.

Игры в воде содействуют овладению техникой спортивного и прикладного плавания, прыжков в воду; способствуют проявлению активной деятельности детей, воспитанию коллективизма и повышению эмоциональности занятий.

## Игры и развлечения на уроках плавания содействуют:

- повышению интереса детей к повторению знакомых упражнений;
- повышению эмоциональности и уменьшению монотонности;
- воспитанию смелости, самостоятельности, инициативы;
- укреплению коллектива, воспитанию чувства товарищества.

# КЛАССИФИКАЦИЯ ИГР

Игры, применяемые при обучении плаванию, делятся на три группы: игры, включающие элементы соревнования, но не имеющие сюжета, игры сюжетно-образного характера, игры коллективно-командные.

**Первая группа** - игры, не имеющие сюжета.

Они просты и не требуют предварительного объяснения.

Игры в преодолении сопротивления воды, с погружением под воду, нырянием, прыжками в воду, всплыванием, выдохи в воду, открывание глаз в воде, со скольжением и плаванием. Игры: “Кто быстрее спрячется под воду”, “У кого больше пузырей”, “Кто дальше проскользит” и т.д.

**Вторая группа** - игры сюжетно-образного характера.

Они являются основным учебным материалом на уроках плавания для детей младшего школьного возраста. Эти игры включают в занятия после того, как дети освоятся с водой, научатся передвигаться и уверенно чувствовать себя в новой среде. Игры: “Караси-карпы”, “поезд идет через тоннель”, Рыбы и сеть”.

**Третья группа** - Игры, в которых участники объединяются в равные по силам команды и коллективно взаимодействуют в борьбе за победу своей команды. Эта игра воспитывает чувство коллективизма, инициативность, быстроту ориентировки, умение взаимодействовать с товарищами.



Выбор игры зависит от педагогических задач обучения: условий для проведения игры - глубины и температуры воды, количества детей в группе, их возраста и подготовленности, дисциплинированности, умения преодолевать трудности и т.п.



При обучении плаванию игры можно классифицировать по их педагогическому назначению:

- 1.** Игры, применяемые с целью освоения новичков с водой.
- 2.** Игры, используемые при обучении технике плавательных движений.
- 3.** Игры, применяемые с целью повышения уровня физического развития (Н.А. Бутович, **1965**).

# ПРИМЕРЫ ИГР ПРИ ОСВОЕНИИ С ВОДОЙ

“Поплавок”. Находясь по пояс в воду, участник игры, сделав вдох, приседает на дно (если бассейн неглубокий). Затем, обхватив руками колени, прижимает подбородок к груди, изображая “поплавок”. Если вдох был глубоким, то тело легко поднимается на поверхность. Не изменяя положения, игрок может сосчитать до **10**, после чего становится ногами на дно.

Упражнение “медуза” выполняется по грудь в воде. Глубоко вдохнув и наклонившись вперед, нужно свободно лечь на воду, чем глубже вдох, тем легче сделать упражнение. Побеждает тот, кто дольше продержится на воде.

Эти игры помогут неумеющим плавать сосредоточить внимание на достижении цели и преодолеть страх перед водой.



«ПОПЛАВОК», «МЕДУЗА»



«ПОПЛАВОК», «МЕДУЗА»



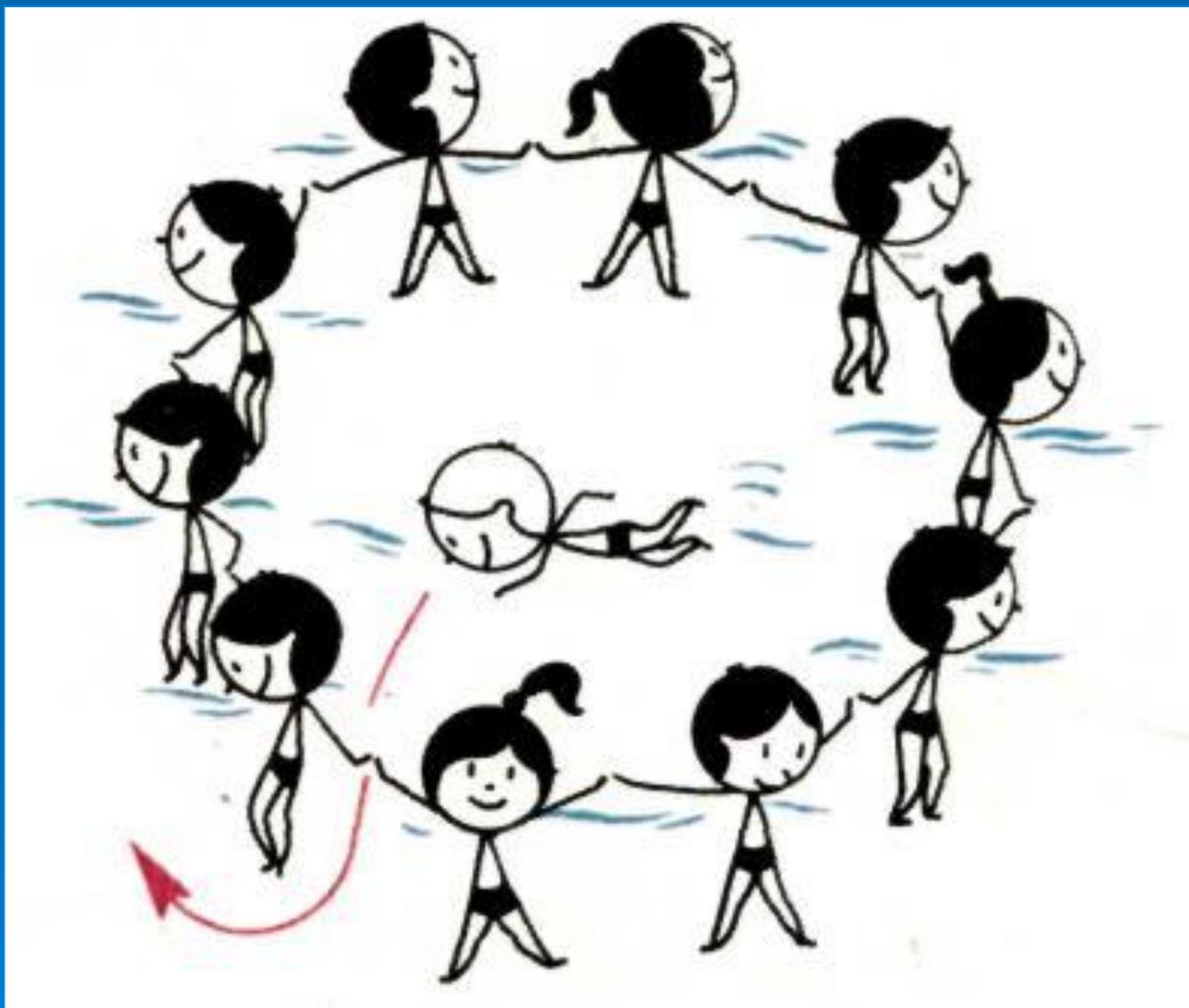
# ИГРЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ

## “Рыбка в сетке”.

Шесть-восемь ребят, держась за руки, становятся в круг спиной к середине. Это сетка. В центре круга один из участников - “рыбка”. Этот игрок старается потихоньку выскользнуть из “сетки” под руками играющих. Участник, с правой стороны от которого вынырнула “рыбка”, считается плохим “рыбаком”. Он меняется с “рыбкой” ролями. Поэтому почувствовав с правой стороны от себя движение “рыбки”, игрок должен крикнуть “Поймал!”. Тогда “рыбка” должна искать другой выход из “сетки”.



«Рыбка в сетке»



«Рыбка в сетке»

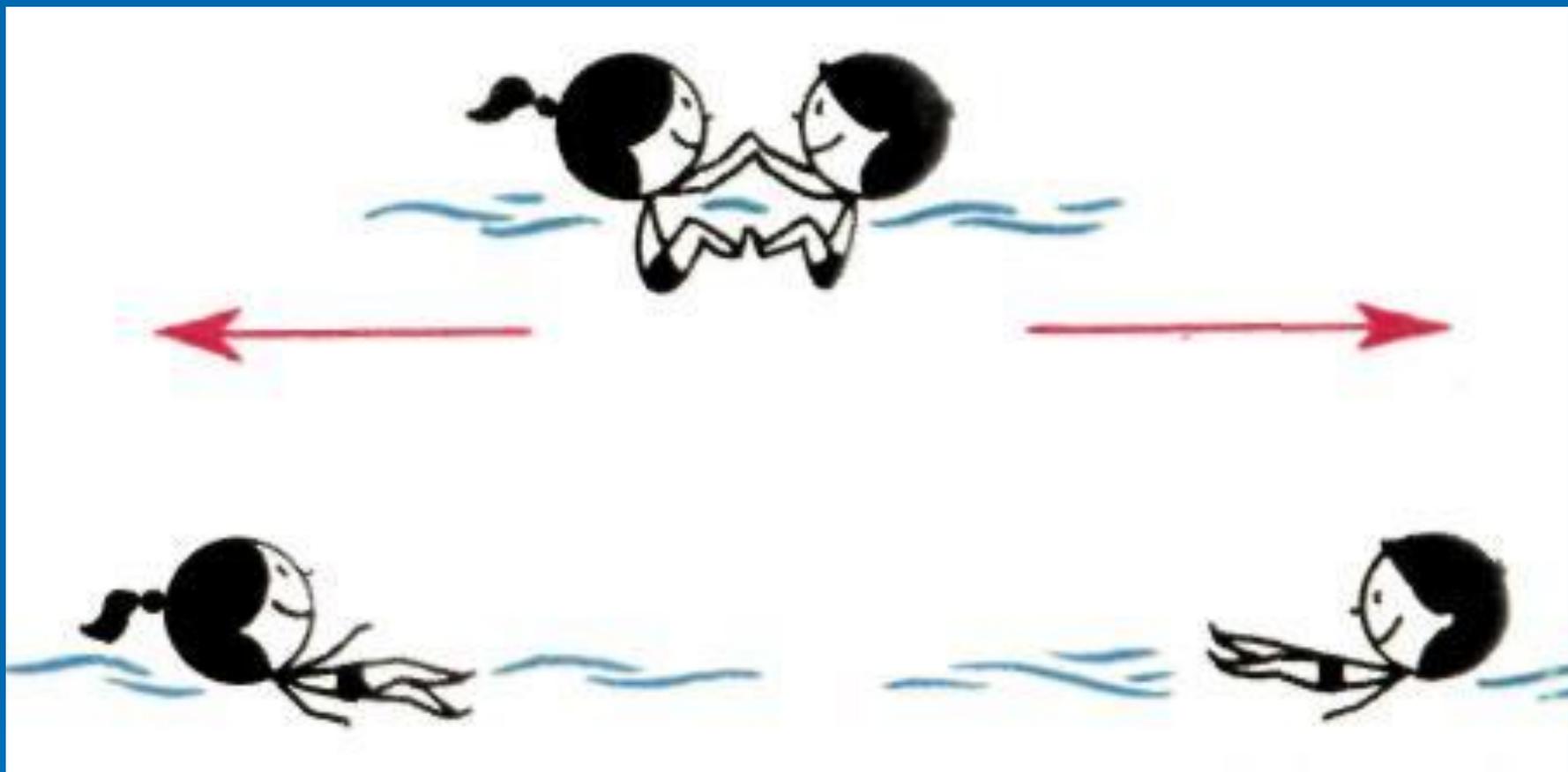
## «Торпеды»

Играющие делятся на **2** команды. **2** участника из разных команд ложатся спиной на воду друг против друга, берутся за руки и упираются стопами. Затем, отпустив руки, они быстро прижимают их к телу и в этот же момент сильно оттолкнувшись ногами, скользят по воде. Выигрывает тот, кто правильно проделал упражнение и проскользил по воде дольше остальных.





«Торпеды»



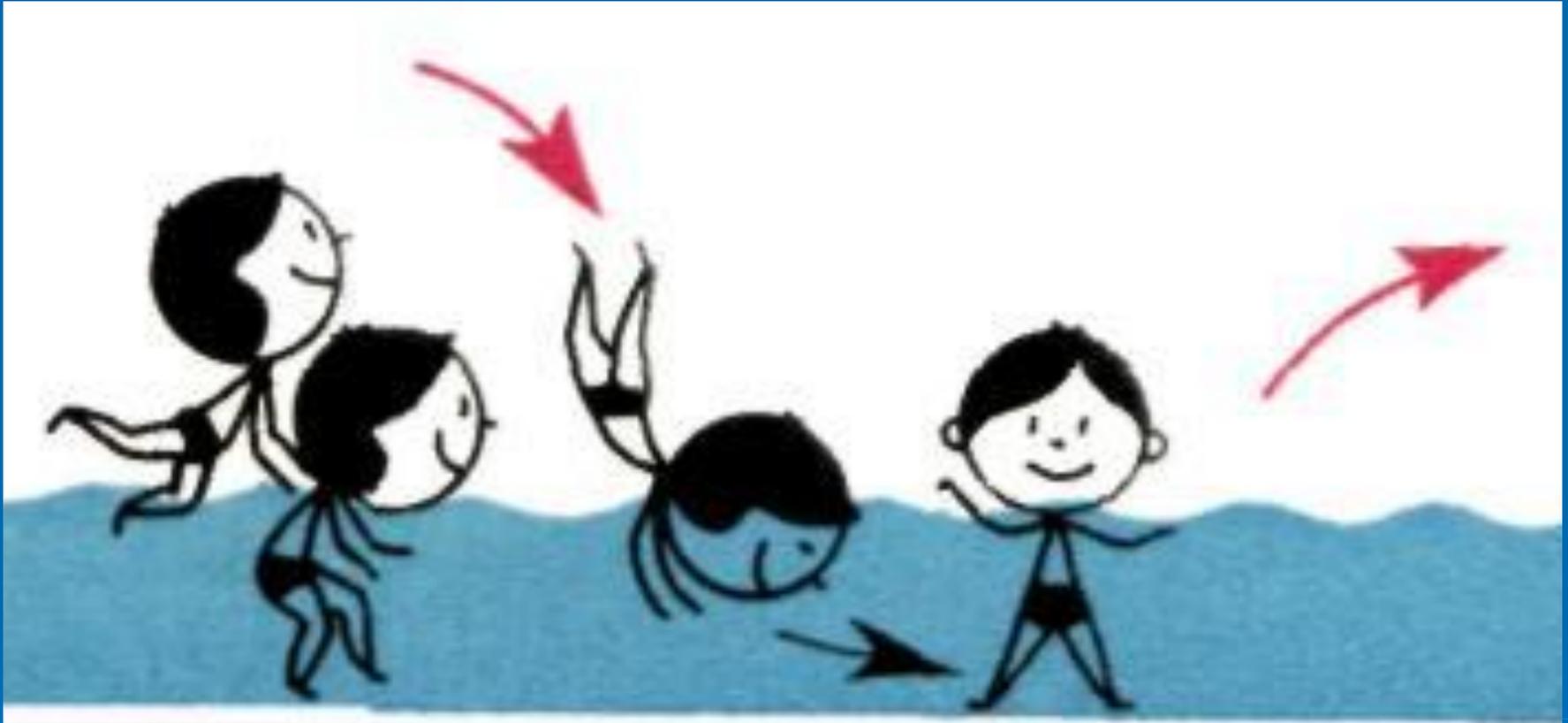
«Торпеды»

## “Чехарда в воде”

Игра проводится на глубине по грудь. Участники встают в колонну по одному на расстоянии **2-х** метров друг от друга. Последний в колонне, подбегая к впереди стоящему и опираясь на его плечи, перепрыгивает через него, а затем ныряет между ногами следующего игрока. Он проделывает эти упражнения, пока не встанет впереди колонны. Чехарду продолжает участник, оказавшийся в колонне последним. Сигнал об окончании игры подает тот, кто ее начинал: он поднимает руку, как только снова станет замыкающим.



“Чехарда в воде”



“Чехарда в воде”

Исходя из принципа сознательности и активности тренер, проводя игру, должен:

1. Объяснять правила и задачи каждой новой игры и значение способа игровых действий.
2. Отмечать и оценивать успехи участвующих в игре, проводить анализ игровой деятельности занимающихся.
3. Привлекать занимающихся к анализу своих действий.

- 4.** Поручать организацию игр (уже знакомых) занимающимся.
- 5.** В каждой игре должны участвовать все занимающиеся, находящиеся в воде.
- 6.** В игру разрешается включать только те упражнения и движения, которые освоены всей группой.
- 7.** Если вода в бассейне прохладная, игра должна быть активной и проводиться в быстром темпе.

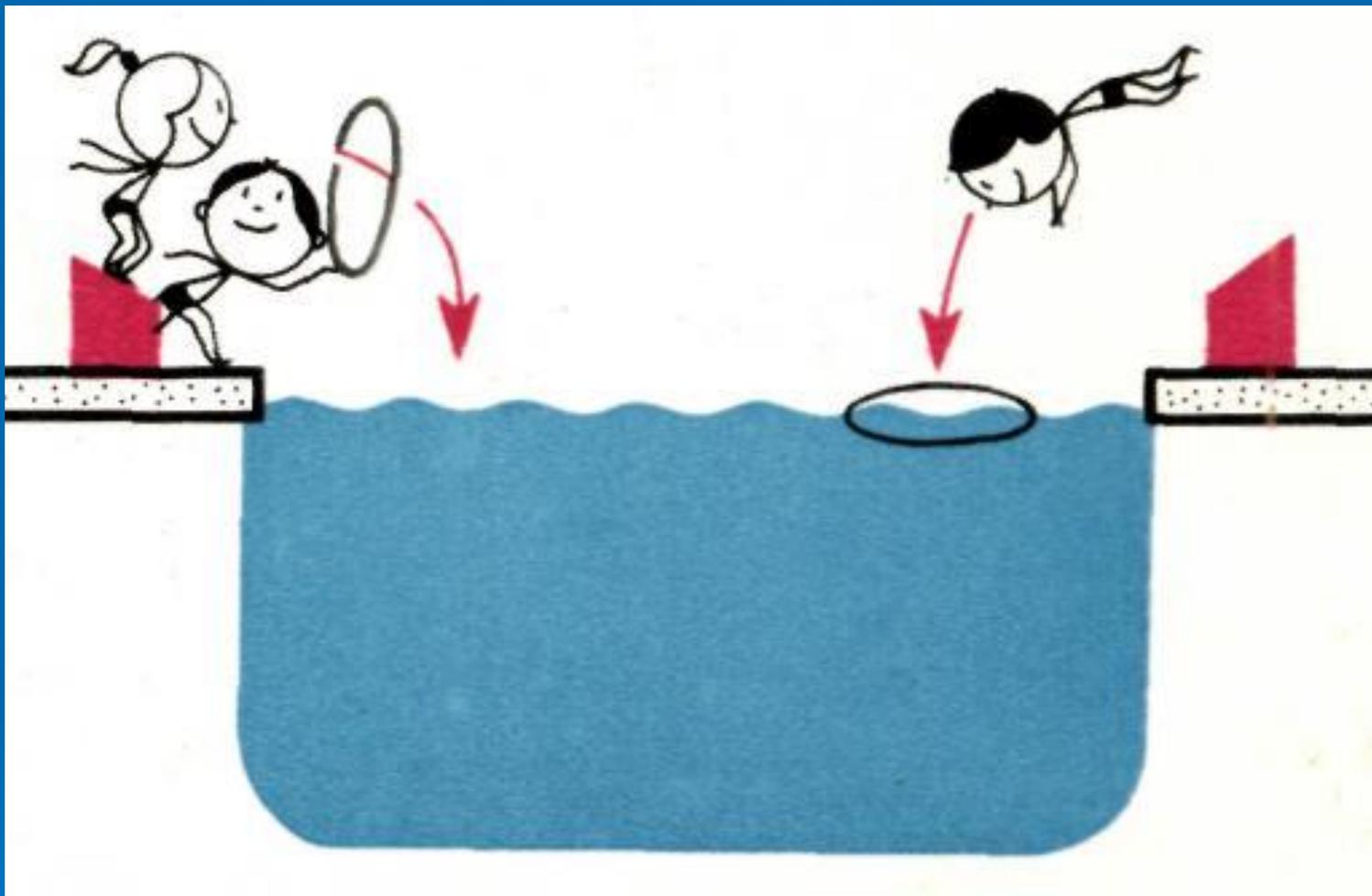
- 8.** Во время игры необходимо тщательно следить за выполнением правил, строго наказывая за все нежелательные проявления: грубость, нетоварищеское поведение, нарушения правил игры и др.
- 9.** Игру нужно остановить, если возникает необходимость сделать замечания кому-либо из играющих.

**10.** После окончания игры надо обязательно объявить результаты, назвать победителей и проигравших, особо поощрить взаимную помощь и действия в интересах коллектива.

**11.** Каждую игру нужно вовремя закончить, пока она не надоела занимающимся и они не очень устали.



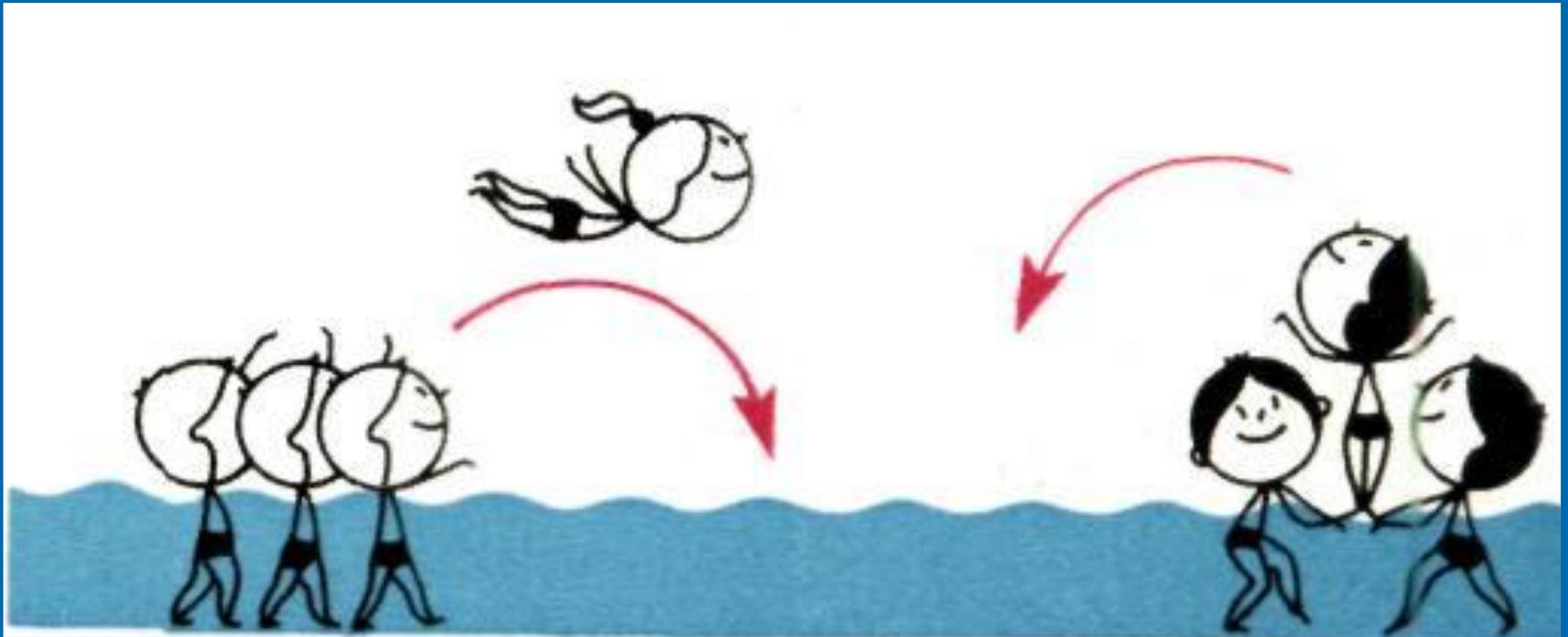
«Точный прыжок»



«Точный прыжок»



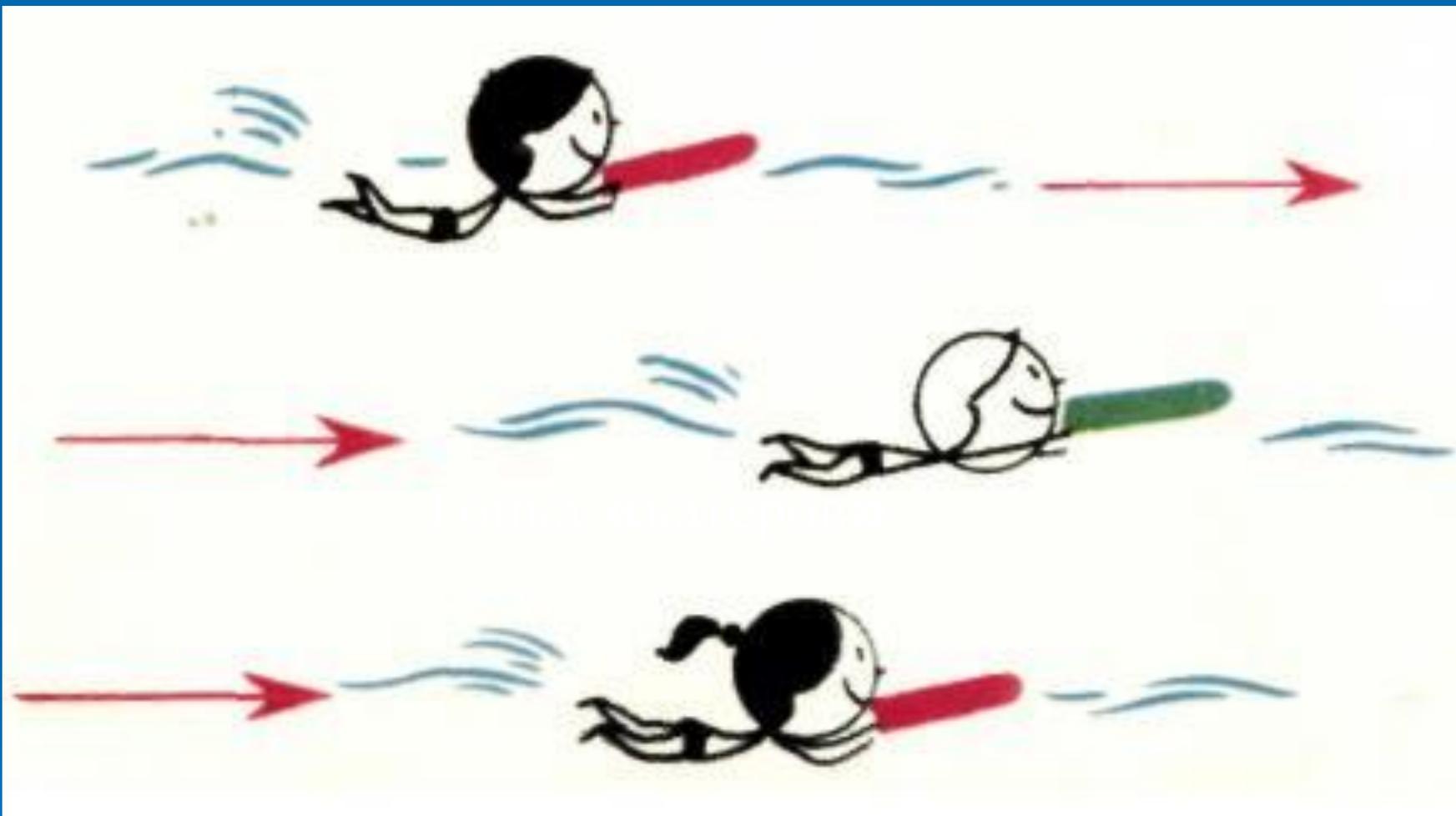
«Летучая рыбка»



«Летучая рыбка»



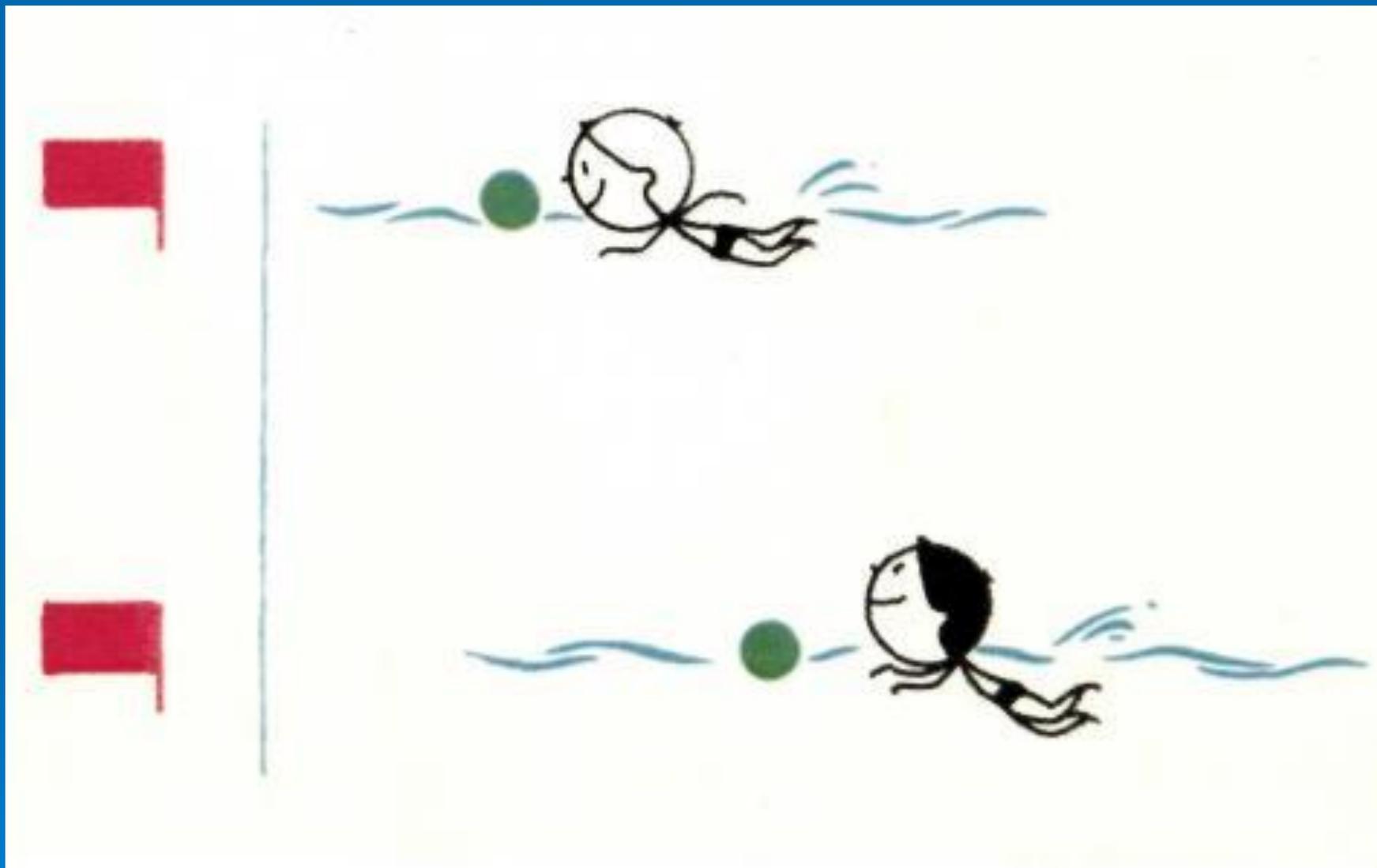
Гонка «катеров»



Гонка «катеров»



Кто быстрее



Кто быстрее



С «донесением» вплавь



С «донесением» в плавь