***Методическая разработка игр на воде по правилам дорожного движения для детей дошкольного возраста***

***Е.В. Тверскова***

***Старший воспитатель***

***МАДОУ д/с № 78 «Гномик» г. Белгорода***

**Плавание** – способ передвижения в воде, циклическое движение, оказывающее всестороннее воздействие на организм ребенка. При систематических занятиях у детей развиваются все основные группы мышц, что способствует сохранению правильной осанки. Не вызывает сомнения оздоровительная направленность плавания. Она широко применяется как средство закаливания и профилактики ряда заболеваний и как средство коррекции функциональных отклонений.

Занятия плаванием благотворно влияют на важнейшие системы жизнеобеспечения ребенка.

Сердечно - сосудистая система.

Правильный ритм работы мышц и дыхательных органов, а также возможность дозировать нагрузку при плавании благоприятно сказываются на работе сердечно – сосудистой системы.

Органы дыхания**.**

Плавание способствует развитию легких благодаря равномерной нагрузке на мышцы и органы дыхания. Занимаясь плаванием, ребенок дышит чистым, увлажненным воздухом. Жизненная емкость легких значительно возрастает.

Опорно-двигательный аппарат.

Позвоночник ребенка отличается мягкостью, эластичностью. Он очень податлив, легко образуются неправильные изгибы, которые могут закрепиться и образовывать деформацию. При плавании давление на опорно-двигательный аппарат и особенно на позвоночник заметно снижается. Поэтому плавание является эффективным укрепляющим средством для опорно-двигательного аппарата. Плавание помогает развивать координацию и ритмичность движений, необходимые для любой двигательной активности.

Цель обучения плаванию – подготовить ребенка к жизни, деятельности в разных условиях. Древние философы, говоря о бесполезных людях, подчеркивали: «Они не умеют ни читать, ни плавать», то есть умение свободно держаться на воде приравнивалось к грамотности и считалось неприемлемым условием полезного для общества человека.

Начиная с постепенного приучения детей к воде, передвижению в воде и выполнению подготовительных упражнений, переходим к собственно обучению плаванию, то есть умению свободно держаться на воде, скользить сначала со вспомогательными средствами, а затем самостоятельно, свободно погружаться в воду, задерживая дыхание.

Необходимо научить детей плавать спортивными стилями (кролем, брассом), согласуя движение рук, ног и дыхание.

Занятия по плаванию призваны решать оздоровительные, образовательные, воспитательные задачи.

Оздоровительные задачи направлены на охрану и укрепление здоровья ребенка, его гармоничное психофизическое развитие, совершенствование опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки, повышение работоспособности организма, приобщение ребенка к здоровому образу жизни.

Образовательные задачи ставят целью формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств (силы, ловкости, выносливости, гибкости и др.) и двигательных способностей (координации движений, дыхательных функций) у детей разных возрастных групп, формирование знаний о видах и способах плавания и собственном теле, об оздоровительном воздействии плавания на организм, осознанности двигательных действий, о телесной рефлексии, развитии пространственных ориентировок; усвоение спортивной терминологии, развитие внимания, мышления, памяти.

Воспитательные задачи направлены на воспитание двигательной культуры, нравственно-волевых качеств: смелости, настойчивости, чувства собственного достоинства. Ребенок, который преодолел страх перед водой, начинает уверенно чувствовать себя в коллективе. Огромная радость и счастье светятся в его глазах, когда он начинает понимать, что преодолел свой страх, стал сильнее и увереннее в себе. Сразу появляется огромное желание плавать и плавать. Это и есть настоящее самоутверждение личности.

 ***«Достань нужный знак»***

*(старший дошкольный возраст.)*

Цель игры:

- обучать детей различать дорожные знаки;

- развивать двигательную активность;

- воспитывать смелость открывать глаза в воде;

Оборудование: водонепроницаемые карточки с изображением дорожных знаков, прикрепленные к шайбам, плавающие подставки, три ведерка.

Форма организации: групповая.

Ход игры.

 Инструктор ставит на плавающие подставки три ведерка (синее, красное, желтое), на дне бассейна находятся знаки, относящиеся к различным группам знаков (запрещающие, знаки сервиса, предупреждающие). Задача детей по команде «найти запрещающие знаки» нырнуть в воду и принести соответствующие знаки в красное ведро и т.д.

***Игра на воде***

***«Запрещается- разрешается»***

(*младший дошкольный возраст)*

Цель игры:

-закреплять цвета сигналов светофора и их последовательность, уточнить название цветов и их значение;

-закреплять знания правил движения пешеходов по улице;

-способствовать упражнению в свободном передвижении по воде;

-приучать детей не бояться воды, погружаться в воду до плеч.

Форма организации игры: групповая

Оборудование: 1) макет светофора;

 2) три мяча, три обруча (красный, желтый, зеленый).

Ход игры.

1. *Вариант.* Дети «автомобили» в центре бассейна. Когда регулировщик дорожного движения показывает на «светофоре» зеленый свет, (движение разрешается!), то дети двигаются шагом друг за другом, помогая гребковыми движениями рук. На желтый свет светофора дети останавливаются, на красный свет - погружаются в воду до плеч (движение запрещается!).
2. *Вариант*. С разноцветными пластмассовыми мячиками. В воде разбросаны мячи, по команде - приготовились, дети выбирают желтые мячи, бросают в желтый обруч. По команде - (движение разрешено!) малыши берут зеленые мячи - бросают в зеленый обруч. «Движение запрещено» - дети бросают красные мячи в красный обруч

***Игра на воде***

***«Автомобили и пешеходы»***

 ***в обработке***

***для использования игры в воде.***

Цель:

- обучать детей правильно переходить проезжую часть, различая сигналы светофора, значение знаков особых предписаний знаков (место остановки автобуса);

- развивать слуховое внимание, умение свободно передвигаться в воде разными способами.

- воспитывать желание действовать согласованно в парах.

Оборудование: макеты светофора, дорожных знаков, обручи.

Форма организации: групповая.

Ход игры.

Дети делятся на две команды. Двое детей водители автомобилей, остальные дети-пешеходы, пассажиры. Задача водителей, соблюдая правила дорожного движения перевезти пассажиров на другую часть улицы. А пешеходы, остановившись на «Автобусной остановке», ждут транспорт, который перевезет их на указанный пункт назначения. Игра проводится на закрепление правил и для пассажиров.

***Игра***

***«Насосы»***

***в обработке для использования игры в воде.***

Цель игры:

- научить детей погружаться в воду с головой несколько раз подряд.

- упражнять в умении задерживать дыхание под водой.

- воспитывать умение согласовывать друг с другом движения в воде.

Игра проводится в бассейне, глубина воды 60 см.

Ход игры.

Инструктор предлагает детям отправиться в путешествие на автомобиле, но прежде чем отправиться в путь необходимо отремонтировать автомобиль, чтоб избежать аварий по техническим причинам. Необходимо накачать четыре колеса. Дети стоят парами, взявшись за руки, лицом друг другу. По очереди приседая, они погружаются в воду с головой. Один ребенок – «колесо», другой – «насос». После всей проверки автомобиля можно отправляться в путь.

***Игра на воде***

***«Знай сигналы светофора»***

*(старший дошкольный возраст)*

Цель:

- учить правильному выполнению скольжения на воде.

- развивать прочный навык знаний сигналов светофора.

- совершенствовать технику работы ног при плавании в стиле кроль;

- воспитывать выносливость, собранность, скорость.

Оборудование: доски на каждого ребенка.

Ход игры.

Когда инструктор демонстрирует желтый сигнал светофора, дети выстраиваются в шеренгу вдоль бортика и готовятся к движению, опираясь одной ногой от бортика для выполнения скольжения. Когда «зажигается» зеленый свет – дети выполняют скольжение и проплывают с помощью доски до противоположного бортика. При красном свете – все замирают на месте. Необходимо успеть «перейти» дорогу!

***Игра***

***«Пешеход! Будь внимательный!»***

Цель:

- закреплять знания детей в видах пешеходных переходов (подземный, наземный, надземный);

- обучать детей выполнять движения в различных темпах: развивать силу мышц рук и ног.

- воспитывать организованность, уметь контролировать свои действия;

- упражнять в правильном выполнении работы ног при плавании в стиле кроль на спине, на груди; в прыжках.

Оборудование: знаки пешеходных переходов, прикрепленные по разным сторонам бассейна к бортикам, обруч.

Ход игры.

Дети располагаются в центре бассейна. По команде инструктора пройти по пешеходному переходу – подземному, дети, определяют необходимый знак и друг за другом проныривают в обруч, т.е. переходят через подземный пешеходный переход. По команде пройти по надземному переходу – дети выполняют прыжки, друг за другом у бортика, где расположен надземный пешеходный переход. У бортика со знаком наземный переход, дети выполняют свободное плавание.

Примерный план-конспект занятия по теме

«Работа на задержку дыхания»

для детей 5-6лет.

Проводится в малом бассейне, глубина воды 80см.

Задачи:

- обучать детей погружаться в воду, обхватив ноги руками и всплывать.

- продолжать обучать ходьбе по бассейну с вытянутыми руками;

- учить погружаться в воду с задержкой дыхания, открывать глаза;

- закреплять виды дорожных знаков, знание Правил дорожного движения;

- воспитывать решительность.

Вводно – подготовительная часть (5-7мин.) на суше.

Комплекс ОРУ «Мячи»

1. «Покажи». И.п.: стоя в кругу, ноги на ширине ступни, мяч держат в обеих руках внизу. Поднимают мяч вверх и возвращаются в и.п.
2. «Мяч опускается и поднимается». И.п.: то же. Мяч поднимают вверх, наклоняютс, не сгибая рук, касаются мячом пола.
3. «Поплавок». И.п.: стоя в парах лицом друг другу, мяч держат двумя руками у груди. один ребенок в паре показывает другому «поплавок». Поочередно приседают, прижимая голову к мячу. Возвращаются в и.п.
4. «Катание». И.п. : стоя в парах на коленях, мяч на полу держат обеими руками. Прокатывают мяч вокруг себя и своего партнера.
5. «Весело скакали, вместе играли». И.п. : перестраиваются в круг друг за другом. Стучат мячом об пол и продвигаются вперед по кругу.

Основная часть (20мин.)

В воде:

 1. Вход в воду, построение около бортика, 1-2 мин.

 2.Ходьба в положении полуприседа друг за другом, 2-3 мин.

3. Бег по бассейну, загребая воду руками «кто быстрее», 2-3 мин.

4. Игра «Насосы» в парах, на погружение с головой в воду, 6-7 раз.

5. Погрузится в воду, обхватив колени руками и подождать, когда тело поднимется к поверхности воды «Поплавок», 2-3 раза.

6. Игра «Заведи двигатель автомобиля». Держась руками за бортик, работа прямыми ногами: как при плавании «кроль» на груди, на спине, 2-3 мин.

7. Индивидуальная работа,3-4 мин.

Выход из воды.

План-конспект занятия по обучению плавания

на тему «Совершенствование техники скольжения в воде»

 для детей 6-7 лет

Задачи:

- продолжать обучать скольжению по воде, вытянув ноги.

- закреплять ходьбу по бассейну, наклонившись вперед и работая руками, как при плавании «кроль» на груди.

- продолжать закреплять знание дорожных знаков.

- воспитывать смелость открывать глаза в воде.

Вводно – подготовительная часть (5-7мин.) на суше.

Разминка на суше – 4-5 мин.

Комплекс ОРУ «Поплаваем».

1. К речке быстро мы спустились, наклонились и умылись». И.п.: стоя в колонне. Дети ходят друг за другом. Останавливаются, поворачиваются вправо, образуя шеренгу, приседают, имитируя умывание. Встают в и.п.
2. «Раз, два, три, четыре, вот так славно освежились». И.п.: то же. Ходьба на месте. Перестраиваются в две колонны.
3. «А теперь поплыли дружно, делать так руками нужно: вместе раз, это брасс». И.п.: стоя в две колонны. Руки сгибают в локтях, прижимают к груди, поднимают вверх, выпрямляют. Опускают к бокам через стороны. Возвращаются в и.п.
4. «Одной рукой – это кроль. Все как один плывем». И.п.: стоя в две шеренги. Работают руками в стиле «кроль».
5. «вышли на берег крутой и отправились домой». И.п.: выходят на сушу, выстраиваются в две колонны. Маршируют, затем перестраиваются в одну колонну.

Основная часть (25мин.)

В воде:

 1. Вход в воду, построение около бортика, 1-2 мин.

2. Ходьба в положении полуприседа, наклонившись вперед, работая руками, как при плавании «кролем» на груди, 2-3 мин.

 3. «Знай сигналы светофора»- Скольжение по воде с досками поперек бассейна, 2-3 раза

4. «Достань нужный знак» - дети ныряют, открывают глаза под водой и достают необходимый дорожный знак. 3-4 раза.

5. Держась руками за бортик, работа прямыми ногами: как при плавании «кролем» на груди, на спине, 3-4 мин.

6. Индивидуальная работа, 3-4 мин.

Выход из воды.

План-конспект занятия по обучению плавания

 для детей 3-4 лет

На тему « Маленький - большой».

Задачи:

- напомнить детям правила поведения в бассейне, технику безопасности на воде.

- вызвать у детей интерес к занятиям плаванием.

- учить смело входить в воду, самостоятельно передвигаться в воде.

- учить детей устанавливать связи между предметами и явлениями, действовать по сигналу.

- дать представление детям о назначении светофора, о его сигналах.

- продолжать закреплять представления детей о цвете (красный, желтый, зеленый)

Вводно – подготовительная часть (5-7 мин.)

Разминка на суше (5-7мин)

Комплекс ОРУ «Маленький – большой»

1. «Прибежали дети большие и маленькие». И.п.: стоя в две колонны. Дети бегают, высоко поднимая колени – «большие дети». Бегают на носках – «маленькие дети».
2. «Посмотрели друг на друга и заспорили, кто большой, маленький». И.п.: стоя в две шеренги, лицом друг к другу. В шеренге выполняют упражнение синхронно. Дети в первой шеренге приседают, во второй – встают и потягиваются. Затем наоборот.
3. «Заступники большие защищают маленьких». И.п.: встают в два круга (круг в кругу). Дети в меньшем кругу изображают маленьких; во внешнем кругу держатся за руки, опускают руки вниз, поднимают вверх. Затем меняются местами.
4. «Все бегали, гуляли и друг друга не обижали». Бегают врассыпную.

Основная часть 20 мин.

В воде.

1. Вход в воду, построение около бортика, 1-2 мин.
2. Ходьба друг за другом по бассейну, 2-3 мин.
3. Ходьба в положении полуприседа , помогая себе руками «Гуси», 2-3 мин.
4. Упражнение на дыхание «Зажги огонек».3-4 мин.
5. Игра «Запрещается – разрешается» с использованием макета светофора, 2-3 раза.
6. Свободное плавание 5 мин. (индивидуальная работа с одним ребенком.)

Выход из воды.