



**Издательство и Образовательный Центр
"Лучшее Решение"**

www.лучшеерешение.рф www.lureshenie.ru www.высшийуровень.рф
www.лучшийпедагог.рф www.publ-online.ru www.t-obr.ru www.1-sept.ru
www.na-obr.ru www.полезныекниги.рф

**Игры и упражнения в воде для детей 3-5 лет в
домашних условиях**

**Автор:
Фирсов Сергей Владиславович**

**Инструктор ФК (бассейн)
ГБДОУ "Детский сад № 52
Приморского района Санкт-
Петербурга"**

Аннотация: Как сделать так, чтобы ребёнок с радостью бежал купаться в ванную? Как превратить обычное мытьё в интересное приключение? Ответы на эти вопросы Вы найдёте в данной статье с играми и интересными идеями для занятий в домашней ванной.

Ключевые слова: Плавание; дети; детский сад; купание; игры для детей в воде; обучение плаванию; раннее плавание; упражнения в воде; физическая культура; дошкольное образование; физическое развитие; игры в ванной; 3-5 лет.

Ни для кого не секрет, что чем чаще мы что-то делаем, тем лучше у нас это получается.

Если Вы решили отдать ребёнка на занятия в бассейн или Вам повезло и в детском саду, куда пошёл Ваш малыш, он есть, то всегда стоит помнить это «золотое» правило и не просто помнить, а активно пользоваться.

Простое, вечернее, купание можно превратить в увлекательную, веселую игру или даже в путешествие на пиратском корабле по бескрайнему морю.

Но как сделать купание не просто веселым, но ещё и полезным для освоения ребёнком с водой в условиях домашней ванной?

Очень просто! Используйте в купании специальные игры и упражнения, которые помогут Вашему малышу быстрее адаптироваться к водной среде.

Для начала создайте положительную эмоциональную атмосферу для ребёнка:

1. Проверьте достаточно ли комфортная температура воды в ванной

2. Пообщайтесь - спросите тепленькая ли водичка; поинтересуйтесь чем он занимался в последний раз, когда был в бассейне, что больше всего понравилось, что не понравилось, как бы он хотел, чтобы было; спросите, где сейчас его любимая игрушка, а не хочет ли она с нами покупаться? Принесите её.

3. Предложите поиграть в его любимую игру - это не обязательно должна быть игра, которая направлена на освоение с водой, это может быть абсолютно любая игра, например, в машинки или в куклы, или любая другая ваша совместная игра. Задействуйте игрушку, которую Вы только что принесли. Предложите ребёнку помыть свою любимую игрушку, так, как Вы моете его, пусть воспользуется шампунем и мылом, а затем смоеет ее водой.

После создания положительного эмоционального фона можно приступать к различным играм, которые быстрее помогут вашему малышу подружиться с водой, вот некоторые из них:

«Ветерок»	Взбейте мыльную пену в ванной и предложите малышу подуть на неё, как ветерок. Дуйте вместе с ним и меняйте силу ветра.
«Пузыри»	Возьмите трубочку для коктейлей и предложите ребёнку подуть пузыри через трубочку. Обязательно сначала покажите, как надо дуть и объясните, что надо дуться воду, а не пить ее. Особенно эффектно получится, если вода будет мыльная и пузыри будут оставаться на поверхности.
«Жмурки»	Разложите перед ребёнком различные игрушки (3-5 штук), пусть внимательно посмотрит на них, а затем предложите ему зажмурить глазки и оставьте 1 игрушку, ребёнок должен угадать на ощупь что

	за игрушка перед ним.
«Чистюля»	Ребёнок окунает ручку в воду, затем умывает одну щечку, потом окунает другую руку - умывает другую щёчку, после набирает в ручки воды и умывает личико несколько раз - повторяйте: умываем лобик, умываем носик, умываем глазки, умываем щёчки.
«На дне морском»	Расскажите малышу, что даже в ванной он может слышать шум настоящего моря. Пусть прислониться щечкой и ухом к воде и внимательно послушает. Сначала одним, потом другим. Обязательно спросите слышал ли он Кита? А краба? А золотую рыбку? И т.д. А послушай ещё разок!
«Дождик»	Вам понадобится игрушечная лейка или ведро. Пусть малыш наберёт воды в лейку и польёт свои игрушки, как будто идёт дождик, затем вы возьмите лейку и полейте на него. Не стоит лить сразу на голову, если ему это не приятно. Полейте сначала на одну ручку, потом на другую, потом на ножку и т.д., а уже потом попробуйте аккуратно на голову и лицо.
«Кораблекрушение»	Все мальчишки любят разрушения и всякие происшествия, да и не только мальчишки, но и многие девчонки. Создаем искусственные волны, делаем шторм и дождь из душа, а потом спасаем тонущие корабли и пассажиров. Подобные игры помогают направлять агрессию (которая есть и должна быть в каждом человеке) в нужное русло, а заодно и почувствовать себя в роли спасателя.
«Фонтан»	Одна из самых простых игр с душем. Струйки так здорово поднимаются вверх, щекотят пальцы. А что будет, если погрузить душ в воду?
«Наводнение»	Пока в ванной еще мало воды, малышу понравится наблюдать, как прибывающая вода поглощает машинки, импровизированные домики. И так здорово спасать игрушки!
«Теплоход»	Предложите малышу переправлять по воде игрушки с одного бортика ванной на другой. Не обязательно это делать кораблем, можно использовать любую плавающую ёмкость.
«Мойка»	Поставьте вместе с малышом на бортик игрушки, в мыльной пене и предложите ему сделать их чистыми, пусть польёт на них из душа, ведра или лейки. Если это мальчик, то можно устроить настоящую мойку машин.
«Рыбалка»	Разбросайте в ванной шарики для настольного тенниса или что-нибудь похожее, а малыш пускай всех-всех поймает и сложит в «аквариум» - емкость для шариков.
«Тонет или нет»	Возьмите различные предметы и предложите малышу проверить какой предмет тонет, а какой - нет. Затем разложить их отдельно.
«Водолаз»	Разбросайте на дне ванной тонущие игрушки и предложите малышу ныряя их собрать.
«Моторная лодка»	Предложите малышу сделать ногами моторчик, как у настоящей подводной лодки. Лёжа на животе в небольшом количестве воды ребёнок должен попеременно работать ногами делая моторчик.

Меняйте, чередуйте игры, придумывайте интересные сюжеты с использованием игр, тогда купание будет приносить Вашему малышу только положительные эмоции, причём, со временем, не только в ванной дома, но и на занятиях в бассейне.

Помните! - купание должно быть веселым и интересным, если ребёнок неохотно сегодня играет или капризничает, ничего страшного - прервите купание и отложите свои интересные идеи и задумки на следующий раз. Ваш малыш их обязательно оценит.

Список литературы:

1. О.Е. Смирнова., Детская психология: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений, обучающихся по специальности «Дошкольная педагогика и психология»: учебник для ВУЗов. — М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006. — 366 с.
2. Козлова С.А., Куликова Т.А., Дошкольная педагогика: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2000 – 416 с.
3. Н.Ж. Булгакова, Игры на воде для обучения и развлечения: методические рекомендации – М.: Издательство «Спорт», 2016 – 70 с.