

Водолазы

Ведущий опускает на дно несколько хорошо видимых предметов под воду. Игроки по очереди ныряют, доставая предметы со дна. Выигрывает тот ребенок, который достанет больше всех предметов за один раз.

Карлики – Великаны

Дети стоят по пояс в воде. Ведущий дает сигнал, выкрикивая слово: «Карлики!». Все садятся в воду. За сигналом: «Великаны!» - все игроки подпрыгивают вверх. Тот, кто ошибется, выбывает из игры. Побеждает тот, кто остался.

Мяч за черту

Игроки двух команд входят в воду и выстраиваются у противоположных бортиков бассейна лицом к середине. Бортик является для них в игре линией дома, который они защищают. Руководитель бросает мяч на середину между командами. Игроки плывут к нему и, завладев мячом, начинают перебрасывать между собой, стараясь не отдать его противнику. Задача состоит в том. Чтобы приблизиться к дому противника и коснуться мячом бортика бассейна. На открытом водоеме поле для игры ограничивают поплавками, дорожками из поплавков. Игра длится 10 минут. Выигрывает команда, сумевшая большее числа раз коснуться мячом дома противника.

За мячом в воду

Участвуют две команды, которые устраиваются на берегу или на бортиках бассейна лицом к воде. В руках у первых номеров - резиновые мячи средних размеров. По сигналу ведущего они бросают их вперед, а затем прыгают в воду и плывут к мячам. Но не к своему мячу, а к мячу, который бросил противник. Достигнув мяча, игрок плывет с ним (ведя перед собой) к месту построения команд и передает в руки второго номера. Приплывший первым получает для своей команды одно очко. Таким образом, чтобы победить, надо не только хорошо плавать, но и далеко бросать мяч. Побеждает команда, набравшая больше очков.

Качели

Пловцы держатся за руки (лицом друг к другу). Первый играющий, сделав вдох, опускается вертикально вниз под воду с открытыми глазами. В момент погружения он обхватывает руками колени второго играющего и тянет его под воду. Это дает возможность первому играющему подняться над поверхностью воды и сделать вдох. В свою очередь, пловец, которого погрузили в воду, тянет своего партнера за ноги вниз, а сам всплывает на поверхность. Попеременное погружение играющие проделывают 4 - 6 раз.

Пятнашки

Игроки стоят в кругу на расстоянии вытянутых рук от водящего, который расположился в центре. Водящий по сигналу взрослого начинает салить тех, кто не успел нырнуть в воду. Вынырнувших салить нельзя.

Дельфины

Пластмассовые обручи связывают друг с другом, чтобы образовалась дорожка. Возле каждой такой дорожки из 6-10 обручей выстраиваются в колонны играющие. По сигналу первый в колонне подныривает под первый обруч, а другой обруч преодолевает сверху. Таким образом, то ныряя, то скользя по поверхности, игрок преодолевает всю дорожку. Достигнув противоположного бортика, игрок поднимает вверх лежащий там флажок. Это сигнал второму игроку начать движение вперед. Руководитель и его помощники следят за тем, чтобы дорожка преодолевалась правильно. Если игрок, не показываясь на поверхности, пронырнет между двумя обручами, команде начисляется штрафное очко. Победа команде засчитывается в том случае, если она закончила игру первой при наименьшем числе ошибок.

Морской бой

Инвентарь: надутые тракторные камеры большого размера, например от тракторов "К-700" или "Т-150".

Место проведения: водоем со слабым или отсутствующим течением, например пруд или озеро.

Минимальное количество игроков: 6.

Вид: командная.

Развивает: тактические навыки, общефизический эффект.

На каждой камере-корабле размещается по 3-6 игроков. Их задача – перевернуть вражеское "судно" или столкнуть всех членов его команды вводу.

Когда играющих много, то можно играть команда на команду, или каждому "кораблю" сражаться саму за себя.

Иногда прямому столкновению предшествовала перестрелка заранее заготовленными снарядами. Например, легкими камушками керамзита.

Попадание в такой перестрелке не выводит игрока из игры, а просто разжигает боевой пыл игроков.

Собачки

Инвентарь: нет.

Место проведения: водоем с обширной отмелью.

Минимальное количество игроков: 4.

Вид: с водящим.

Развивает: выносливость, быстроту, ловкость.

Играют на обширной отмели. Как и в обычных салочках, водящий старается осалить кого-то из остальных игроков. Можно убежать, нырять и плавать, но запрещено перемещаться на место, в котором глубина больше, чем по шею игроку. Нарушивший считается осаленным и меняется местами с водящим.

Рыба в сети

Выбирают двух ведущих. Игроки заходят по пояс в воду и расплываются недалеко в разные стороны. По сигналу вожатого, ведущие, держась за руки, начинают "ловить рыбу", т.е. пытаются поймать кого-то из игроков. Пойманный игрок присоединяется к ведущим, их становится на 1 больше, размер сети увеличивается. Заканчивается игра тогда, когда вся "рыба" будет поймана.

Бой на воде

Для игры нужны плавательные доски или резиновые круги по числу игроков. Участвуют две команды, которые различаются по цвету шапочек на голове. Сначала соревнуются пятерки мальчиков, затем девочек. Перед началом поединков игроки в разных сторонах водоема занимают на досках положение лёжа или сидя. По сигналу, подгребая руками, играющие сближаются. Подплыв друг к другу, каждый старается улучшить момент и ловким движением стащит соперника в воду. Однако в случае промаха нетрудно и самому, потеряв равновесие, оказаться в воде. Кого настигнет такая участь, выбывает из борьбы. Выигрывает пятерка игроков, которая к концу боя на воде сохранит на досках больше своих участников. Игру можно проводить как на время (5-8 мин), так и до полной победы одной из команд.

Эстафета вплавь

В 10 - 15 м от берега устанавливаются 2 флажка на плавающих буйках (камень, опущенный на веревке, к другому концу которой привязана крестовина с флажком) на расстоянии 1-2 м один от другого. Команды выстраиваются в колонны по одному у самой воды, каждая команда против своего флажка. По сигналу руководителя первые номера каждой команды входят в воду и плывут как можно быстрее к своему флажку; коснувшись флажка, они возвращаются к своей команде. Очередной участник эстафеты начинает свой этап после того, как его руки коснется приплывший товарищ. Выигрывает команда, пловцы которой раньше закончат все этапы.

Попади в круг

Ведущий кидает в воду надувной круг. Дети стоят на берегу. В руках у них маленькие мячики. Игроки по очереди кидают их в центр круга, продолжая стоять на берегу. Каждый игрок имеет 2 – 3 попытки. Выигрывает тот, кто больше всех попадет в цель.

Кто быстрее?

По первому сигналу забежать в воду, а по второму выбежать из воды. Тот, кто первым окажется на берегу, победил.

Парное плавание

Один из играющих плывет на груди работая руками, другой, держась за его вытянутые ноги, плывет с помощью одних ног. Между несколькими парами можно провести состязание по плаванию на скорость.

Караси и карпы

Две команды с одинаковым количеством участников. Водящий командует: «Караси», названная команда убегает. Осаленные пересчитываются. Самыми ловкими объявляются не осаленные и команда, поймавшая большее количество рыбешек.

Бой всадников

Глубина по грудь.

В игре принимают участие 2 команды мальчиков. В каждой команде половина играющих "кони", вторая половина - "всадники". "Всадники" взбираются на "коней" и садятся им на плечи. По сигналу руководителя обе команды сближаются и начинают "сражение". Каждый "всадник" старается стащить своего соперника в воду. В разгар сражения руководитель подает второй сигнал и борьба прекращается. Выигрывает команда, в которой больше "всадников" удержится на "коне".

Рыбаки

Трое рыбаков, взявшись за руки и имитируя невод, ловят рыбешек. Пойманной считается рыбка, вокруг которой сомкнут круг. Рыба вступает в ряды рыбаков.

На берегу

Эту игру проводят там, где берег покатый, ровное песчаное дно. На берегу выстраиваются в шеренгу команды на расстоянии 6-8 шагов. Не нарушая строя, игроки заходят в воду по пояс и поворачиваются лицом к берегу. Ведущий отмечает между командами интервал 2-мя палками. Напротив этих палок, на берегу, тоже ставят две палки. Расстояние между игроками и ведущим должно быть не более 20 шагов. Ведущий бросает 2 мяча игрокам, которые стоят около меток в воде. По сигналу каждый из них выбегает на берег к ведущему, бросает мяч игроку своей команды, который стоял рядом с ним, а сам отходит в сторону. Следующий игрок ловит мяч и тоже выбегает на берег. Игроки каждой команды передвигаются к метке, заполняя место ушедшего игрока. Побеждает команда, которая быстрее выйдет на берег.

Собачки

Инвентарь: мяч.

Место проведения: водоем с обширной отмелью.

Минимальное количество игроков: 4.

Вид: с водящим.

Развивает: тактические навыки, координацию.

Водящий ("собачка"), старается отнять мяч у остальных игроков или перехватить их передачи. Если собачка завладела мячом, то она меняется местами с тем, у кого мяч отобран. Если игроков больше 6-7 человек, то собачке может быть несколько. Идеальное сочетание: 1 собачка на 3-4 игрока.

