



**Материал подготовила
инструктор по физической
культуре**

**ПРОКОПЕНКО Ирина
Владимировна**

Рекомендации для воспитателей:

«Оздоровление детей дошкольного возраста средством игр с водой в летний период»

С детства мы привыкли слышать фразу: "Воздух, солнце и вода - наши лучшие друзья!" Это простые естественные средства закаливания организма, не требующие определённых усилий. Поэтому благоприятные условия летнего времени нужно полноценно использовать для укрепления физического и психического здоровья детей. Активно включая в свою работу игры с водой, мы способствуем повышению защитных сил детского организма, его устойчивости к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды. Игры с водой - одна из любимых детских забав и неудивительно, ведь игры с водой полезны не только для развития тактильных ощущений и мелкой моторики, вода развивает различные рецепторы, успокаивает, дарит положительные эмоции

Значение игр с водой:

1. Повышение защитных сил детского организма и устойчивости к различным заболеваниям посредством системы закаливания через игры с водой.
2. Укрепление здоровья нетрадиционными формами оздоровления: самомассаж рук, лица, стоп ног, водная среда.
3. Профилактика простудных заболеваний в летнее время.
4. Развитие мелкой моторики, зрительной и двигательной координации.
5. Формирование представления об окружающем мире, расширение и обогащение словарного запаса.
6. Создание положительного эмоционального фона в процессе игры.
7. Создание оптимальных условий для всестороннего полноценного психофизического развития детей.

Применительно к детскому развитию, можно утверждать, что вода имеет не только терапевтическое значение, но и развивающее. Она способствует

расслаблению и снятию нервного напряжения, укреплению физического здоровья. Именно поэтому игры с водой малышам следует организовывать регулярно.

Каждый раз наливается чистая теплая вода, температура воды-37-36 С. Постепенно температуру воды снижают на 1 С каждые 2-3 дня, доводя ее до 22 – 20 С.

Игры с водой – любимое занятие воспитанников всех возрастов. Они укрепляют здоровье детей, помогают им знакомиться с окружающим миром, со свойствами и назначениями предметов, развивают воображение, ловкость. Вода закаливает малышей, развлекает, помогает справиться с летним зноем. Она способствует развитию различных рецепторов, успокаивает, дарит положительные эмоции.

Организуя водные развлечения, мы фантазируем, творим, используем подручные материалы, нестандартные предметы и оборудование.

Организовывая игры с водой, очень важно, с одной стороны, направить ребёнка, помочь, подсказать, с другой же – дать ему возможность придумать что-то самому.

Ребенок младшего возраста, играя с корабликом, не воспринимает его именно как кораблик. Он может этот кораблик бросать, бить им по воде, но вряд ли станет сажать в него пассажиров и отправлять в плавание. Старший дошкольник постепенно начинает использовать игрушки по назначению. И вот уже ему становятся понятны самые первые, самые простые сюжетные игры. Очень важно на первых порах научить ребёнка играть, подсказывая ему сюжеты и организовывая игру. А позже, взрослея, он и сам научится придумывать интересные игры с увлекательными сюжетами. Играя с водой можно использовать и дыхательные упражнения, способствующие развитию артикуляционного аппарата, укреплению мышц дыхательной системы, носоглотки и верхних дыхательных путей. При этом необязательно дуть на паруса и кораблики, подойдут и перышки, и трубочки, и листочки, и т.п.

Вода способна "заземлять" отрицательную энергию, она обладает психотерапевтическими свойствами, способствует релаксации, расслаблению.

Не бойтесь включать в летнюю работу с детьми игры с водой! При правильной организации такие игры доставят массу удовольствий и вам и вашим воспитанникам. Фантазируйте вместе ... И полный вперед!

- Организуя игры дошкольников с водой целесообразно делить их на подгруппы.
- В процессе игры важно знакомить ребят со свойствами воды (прозрачная, тёплая, жидкая и т.д.).

- Следить за тем, чтобы одежда детей во время игр с водой была сухой для этого можно использовать фартуки из клеёнки.
- При организации игр необходимо иметь достаточное количество игрового материала.
- С младшей группы приучать детей оказывать посильную помощь в подготовке оборудования, для игр с водой и его уборку.
- Не использовать во время самостоятельных игр детей с водой стеклянные предметы, не пищевые красители, мелкие детали, горячую воду.
- Во время игр с водой необходимо следить за её температурой, чтобы она не была ниже +22 градусов.
- Желательно проводить игры с водой не реже одного раза в неделю.
- В младших группах во время проведения режимных моментов проводить обыгрывание действий с водой с использованием потешек.

Игры с водой

Водопад

Для этой игры Вам пригодятся любые игрушки, с помощью которых можно переливать воду: лейка, маленькая мисочка, небольшой кувшинчик или простой пластиковый стакан. Малыш набирает воду в емкость и, выливая ее, создает шумный водопад с брызгами. Подставляйте под струю ладошку ребенка" изучайте падение воды, разбрызгивайте ее. Обратите внимание ребенка, что чем выше водопад, тем громче он шумит».

Тонет - не тонет

Возьмите предметы из разных материалов: металл, дерево, пластмасса, резина, ткань, бумага, мочалка. Опуская по очереди различные предметы, ребенок наблюдает, погружаются ли они в воду и что с ними происходит.

Поймай осьминожку, Вылови рыбку, Морские обитатели

Мелкие предметы бросают в тазик. Это будут рыбки. Малышу выдается «удочка» - половник с длинной ручкой, которой он будет вылавливать рыбок. Можно также половить рыбок двумя ложками, сачками, ситечками и т. п.

Кто в море живёт? Достань ракушки, Затонувший клад

Мелкие предметы бросают в тазик. Дети находят ракушки, морских

обитателей и вылавливая их руками, называют.

Морская пена, Помоги Русалочке, Собиратели морских сокровищ

Добавьте немного детского шампуня или пены для ванны в небольшую ёмкость. Дети из трубочек для коктейля должны подуть в воду. Можно бросить в воду бусинки разного размера, камушки, ракушки. Дети наощупь должны найти предметы.

Угадай-ка.

Цель: упражнять детей выполнять несложные действия с водой, губкой. Развивать глазомер. Доставить детям удовольствие от игр с водой. Оборудование: поролоновые губки, тарелки с водой, одноразовые стаканы (200мл с делениями), подносы, фломастеры, тканевые салфетки (по количеству игроков).

Возраст: 5-6 лет. Ход игры. В игре участвует 4-6 детей. Воспитатель наливает в тарелки немного воды и предлагает детям угадать, сколько воды впитывает в себя губка. Каждый игрок отмечает фломастером предлагаемый уровень воды на пустом пластмассовом стакане с делением. Потом дети опускают губку в тарелку с водой и ждут, что бы губка впитала в себя воду.

Затем игроки отжимают воду с губки в стакан для измерения. Выигрывает тот, кто точнее указал предполагаемый уровень воды.

Наливаем воду в разные сосуды.

Цель: закрепить знания детей о том, что вода не имеет формы, и принимает форму сосуда, в который её налили. Воспитывать осторожность при обращении со стеклянными предметами. Способствовать проявлению положительных эмоций от игровых действий с водой. Оборудование: прозрачные сосуды разной формы (колба, банка, стакан, ваза), примерно одинакового объёма, на каждого играющего по 3-4 сосуда, воронки.

Возраст: 5-6 лет. Ход игры. В игре участвуют 2-4 ребёнка. Воспитатель предлагает детям рассмотреть различные сосуды, назвать их форму. Затем игроки набирают воду из тазика в один из сосудов, постепенно переливают её из одного сосуда в другой. При этом каждый раз отмечают, что вода приняла форму сосуда, в который её налили. Потом дети обмениваются сосудами, игра продолжается.

Кто быстрее.

Цель: упражнять детей в умении отжимать воду с губки, действовать по сигналу. Развивать ловкость. Доставить детям удовольствие от игр с

водой.Оборудование: стол, 8 глубоких тарелок, 4 пластиковых стакана с водой, 4 губки, салфетки.

Возраст: 5-6 лет.Ход игры. В игре участвует 4 детей. Воспитатель предлагает детям налить воду из стаканчиков в 4 тарелки. Затем с помощью паралоновых губок перелить воду из одной тарелки в другую. По сигналу воспитателя дети начинают действовать. Выигрывает тот, кто быстрее справится с заданием.

«Поливаем цветы»

Необходимый инвентарь: детская лейка.

Возьмите на прогулку лейку с водой. Найдите клумбу и объясните ребёнку, что для того, чтобы цветы хорошо росли, их нужно поливать водой. Пусть малыш сам польёт клумбу. Обратите его внимание на то, как при поливе темнеет земля. Поливать можно траву, деревья, кустарники, рассказывая при этом как растения пьют воду. Рассматривайте капельки воды, оставшиеся на листьях, замечайте, что струйки воды из лейки похожи на дождик. Спойте песенку или прочитайте стишок.

Лейку, леечку возьмём

и воды в неё нальём.

Мы польём цветочки лейкой,

Вырастайте поскорей-ка

Игра способствует развитию воображения, моторики. Ребёнок изучает свойства и назначения предметов, знакомится с растительным миром.

«Кораблики»

Необходимый инвентарь: тазик, бумага.

Налейте в тазик немного воды. Покажите ребёнку, как можно бросать в тазик мелкие кусочки бумаги, подуйте на них. Скорее всего ребёнок повторит ваши действия.

Игра способствует развитию мелкой моторики и артикуляционного аппарата.

«В час по чайной ложке»

Необходимый инвентарь: 2 стакана, чайная ложка, столовая ложка.

Налейте воду в один стакан. Покажите ребёнку, как можно переливать воду ложками в другой стакан. Разрешите ему поиграть самостоятельно.

Игра способствует развитию мелкой моторики, помогает освоить понятия, пустой, полный.

«Налил – вылил»

Необходимый инвентарь: ёмкость с водой, 1 большой стакан и 1 маленький стакан.

Поставьте перед ребёнком тазик с водой, покажите как можно зачерпывать воду одним стаканом и переливать её в другой. Предоставьте ребёнку свободу действий.

Игра способствует развитию координации движений, расширяет представления о свойствах вещества.

«Шарики в воде»

В такой игре – эксперименте тренируется мелкая моторика.

Необходимый инвентарь: две глубоких тарелки или два небольших тазика,, несколько теннисных шариков, ситечко с ручкой, салфетка или губка.

Поставьте на стол две глубоких тарелки, одну из которых наполните водой и опустите в неё шарики. Ребёнок с помощью ситечка достаёт шарики из тарелки с водой и перекладывает в пустую тарелку. В процессе эксперимента он замечает, что вода проливается в дырки ситечка, и что пластмассовые шарики не тонут в воде.

«Моет трубочиста»

Необходимый инвентарь: небольшая пластмассовая или резиновая кукла, паралоновая губка.

Попросите малыша вымыть испачканную куклу. Называйте части тела, которые надо вымыть: «А теперь вымой ей ножку, посмотри, как она испачкалась», и т.д. Губку можно намылить, обратите внимание ребёнка НАТО, как скользит в руках намыленная кукла.

«Дождик»

Необходимый инвентарь: лейка.

Поместите в тазик или ванну пластмассовые игрушки, дайте ребёнку лейку и предложите поиграть в кукольный дождик. Поливайте кукол из лейки, вспоминая все известные вам стихи про дождик. После «дождя» дайте малышу сухое полотенце и попросите вытереть все игрушки.

Дождик, дождик!

Лейся пуще!

Пусть растёт

Пшеница гуще!

Лейся, лейся,

Как река!

Будет белая мука!

«Тонет – не тонет»

Необходимый материал: тазик с водой, несколько предметов из разных материалов: пёрышко, гвоздик, пластмассовый шарик, прищепка, бусинка, бумажка и т.д.

В ходе эксперимента ребёнок должен распределить предметы по признаку «Тонет – не тонет»

1. Тонет сразу
2. Тонет после намокания
3. Не тонет.

«Волшебное свойство воды»

Необходимый инвентарь: резиновая перчатка, надувной шарик, шарик, кувшин с водой, бутылка, губка.

Ребёнок в ходе эксперимента получает знание о том, что вода принимает форму заполняемого предмета.

«Разлить поровну»

Необходимый инвентарь: три прозрачных стакана, кувшине или чайник с водой, салфетка.

- Ребёнок должен разливать воду из кувшина поровну во все три стакана. Когда стаканчики наполнены, вы проверяете результат.
- Работу можно повторить, вылив воду из стаканчиков обратно в кувшин.

«Сквозь сито»

Необходимый инвентарь: стакан, сито.

Поставьте перед ребёнком тазик с водой, пусть малыш льет воду из стакана в сито. Объясните ему, почему вода утекает. В игре ребёнок познаёт назначение предметов и свойства вещества.

«Поплывёт или утонет»

Поставьте перед ребёнком тазик с водой, дайте ему пуговицы, камушки, лоскуты ткани, мелкие игрушки, металлическую или деревянную ложку. Пусть малыш кидает все предметы в воду и наблюдает за ними. Объясните, почему одни вещи тонут, а другие остаются на поверхности.

В игре познаются свойства предметов, закладываются основы классифицирования, развивается мелкая моторика.

Брызгалка

В пробке пластиковой бутылки проделать несколько дырочек, заполнить бутылку водой и дать получившуюся брызгалку малышу. Можно брызгать на дальность — тогда главной целью будет выпустить самую длинную струю. А можно стрелять из брызгалки в цель, развивая тем самым меткость или просто рисовать на асфальте. Дайте ребенку брызгалку в жаркий день и ребенок сам сможет придумать новые игры с водой. Сквозь сито Поставьте перед ребенком тазик с водой, пусть малыш льет воду из стакана в сито. Объясните ему, почему вода утекает. В игре ребенок познает назначение предметов и свойства вещества. Поливаем цветы Возьмите на прогулку лейку с водой. Найдите клумбу и объясните ребенку, что для того, чтобы цветы хорошо росли, их надо поливать водой. Пусть малыш сам польет клумбу. Обратите его внимание на то, как при поливе темнеет земля. Поливать можно траву, деревья, кустарники, рассказывая при этом, как растения пьют воду. Рассматривайте капельки воды, оставшиеся на листьях, замечайте, что струйки воды из лейки похожи на дождик.

«Рыбалка»

Пластмассовые рыбки с металлической серединкой бросить в таз с водой. И предложить поиграть в рыбалку . Например: кто быстрее, или кто больше наловит рыбы магнитной удочкой (можно сачком).

«Весёлые фонтанчики» Предлагают соединить трубочки с воронками. Наливая воду в воронку, наблюдаем, как бьют весёлые фонтанчики . «Кто скорее наполнит стакан » Попросить наполнить два одинаковых сосуда разными мерками (большой и маленькой) или с помощью губок . «У кого вода перельётся быстрее » Надо перелить одинаковое количество воды в бутылочки с помощью воронок разного размера. «Тонущий корабль» На поверхность воды в таз положите мыльницу, миску или небьющуюся тарелку. Затем покажите детям, как из лейки тонкой струйкой лить в нее воду, ожидая момента, когда уровень воды в плавающей емкости достигнет критического и она начнет крениться и тонуть.

«Попади в колечко»

Рыбки в море-океане

Весело резвятся.

Наша детка будет в ванне

Вечером купаться.

Мы возьмем с собой игрушки,

Чтоб не скучно было.

Рыбки, уточки, лягушки

Вымоются с мылом.

Берем кольцо диаметром примерно 30 см, которое будет держаться на воде (его можно сделать из пенопласта или плотного картона). Также понадобится мячик для пинг-понга или любой маленький резиновый мячик. Предложите ребенку, подталкивая мячик рукой, загнать его в колечко. Можно провести эту игру в форме соревнования – «Кто больше мячиков закатит в колечко», «Чей мячик быстрее», «Попади в цель». Предлагаю также разнообразить игру с колечком и мячиком следующим упражнением: поднимаем мячик высоко и бросаем его в колечко – у кого попадет!

«Рыбалка»

— *Рыболов, какую рыбку*

Ты поймал нам на обед?

Отвечает он с улыбкой:

— Это вовсе не секрет!

Я сумел поймать пока

Два дырявых башмака!

Наливаем в тазик воды, даем ребенку сачок для ловли аквариумных рыбок или небольшое ситечко для игр с песком. В воду бросаем небольшое количество мелких игрушек и предлагаем выловить сачком как можно больше «рыбок». Можно дать конкретное задание: «Поймай синий (или красный, или желтый) шарик», «Вылови из водички уточку», «Поймай 1 (2, 3) рыбки» и т. д.

«Брызгалки»

Любят слоники купаться

И водою обливаться.

Мы с тобой хоть не слоны,

Но с водою мы дружны!

Очень весело играть с водяными пистолетами и брызгалками! На дерево или на стену прикрепляем изображение слона, дельфина и предлагаем детям с помощью брызгалки попасть в «мишень», искупать слоника. В очень жаркий денек играем в брызгалку друг с другом.

Источники консультационного материала

<http://www.maam.ru/detskijsad/perspektivnyi-plan-raboty-s-detmi-vtoroi-mladshei-grupy-igry-s-vodoi-v-letnii-period.html>

<http://kladraz.ru/igry-dlja-detei/igry-dlja-letnego-otdyha/igry-s-vodoi-dlja-detei-3-5-let-v-detskom-sadu-letom.html>

<http://ds185.omsk.obr55.ru/2016/06/22/консультация-для-воспитателей-игры->

<http://www.detskiysad.ru>

Рекомендуемая литература для дополнительного ознакомления

1. Е. В. Баранова. Развивающие занятия и игры с водой в детском саду и дома. – Ярославль: Академия развития, 2009. - с. 112
2. Л. Н Прохорова. Организация экспериментальной деятельности дошкольников: Методические рекомендации. – М. :АРКТИ, 2010. – 64 с.
3. Журнал «Справочник педагога психолога» №07.2012. с. 39. Н. А. Карюхина «Чудеса на песке и воде».
4. Трофимова О. В., МДОУ детский сад N57 «Радуга» г. Старый Оскол.
5. Александрова Е. Ю. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья» / Волгоград: Учитель, 2010. – с. 151
6. Широкова Г. А. Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении /Ростов на Дону: Феникс, 2009