

Детские сады с бассейнами  
г.Красноярск

Железнодорожный район  
МБДОУ №10

Кировский район  
МБДОУ №5, №109, №254  
МАДОУ №110

Ленинский район  
МБДОУ №84, №256, №264, №268

Октябрьский район  
МБДОУ №96, №139  
ЧДОУ №198 ОАО «РЖД»  
ФГБДОУ №242

Советский район  
МБДОУ №13, №19, №30, №43, №46,  
№59, №71, №74, №76, №140, №217,  
№277, №300, №333

Свердловский район  
МАДОУ №306, №323  
МБДОУ №317

Центральный район  
МБДОУ №121



## Будем мы дружить с водой



ИНИЦИАТИВНАЯ ГРУППА  
ИНСТРУКТОРЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ  
МБДОУ №139  
КУЛИКОВА Н.П.  
ФИЛИППОВА Н.П.  
№96  
ГРИНКЕВИЧ Н.М.

Красноярск 2017

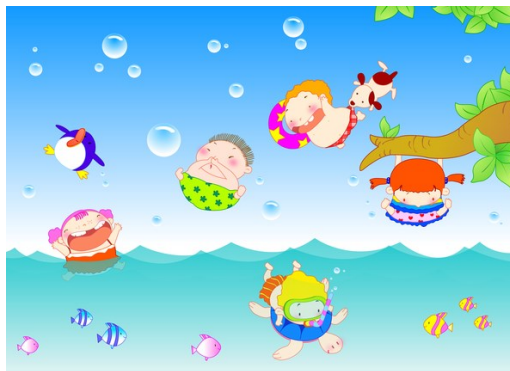
## Как подружиться с водой

1. Рассказать и показать ребенку — что такое вода.
2. Научить ребенка задерживать дыхание и выполнять вдох ртом, выдох ртом и носом на суше.
3. Научить ребенка открывать глаза стоя под душем.
4. Во время купания в ванне научить ребенка опускать лицо в воду с задержкой дыхания.
5. Во время купания в ванне научить ребенка опускать лицо в воду с задержкой дыхания и открытыми глазами.
6. Научить ребенка правильно дышать — делать вдох ртом, выдох в воде ртом и носом.



## Игры на воде

1. «Кораблик» - игра на дыхание. Научить ребенка дуть на предмет.
2. «Пузырьки» - игра на обучение правильному дыханию. Научить ребенка делать вдох ртом и полный выдох в воду ртом и носом.
3. «Водолазы» - игра на задержку дыхания. Доставать предметы, игрушки со дна, задерживая дыхание.
4. «Прятки» - игра на задержку дыхания. По сигналу нырять под воду.
5. «Найди рыбку» - игра, научить ребенка открывать глаза под водой и определять предметы. Ребенок, открыв глаза под водой, должен найти определенную игрушку.



## Правила поведения на воде

1. Не оставлять ребенка одного в ванне, в бассейне, на открытой воде.
2. Если ребенок не умеет плавать, иметь с собой плавательные средства.
3. Научить ребенка звать на помощь взрослых при экстренных ситуациях.
4. Не применять методы обучения плаванию, которые могут вызвать стресс у ребенка.
5. Находясь на открытой воде, объяснить ребенку, что плавательные движения нужно выполнять вдоль линии берега.
6. Объяснить ребенку, что нельзя находиться в воде в неразрешенных местах для купания.

