**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**Детский сад комбинированного вида№10 «Дюймовочка»**

***«Игры для детей»***

**«Туннель»**



Инструктор по физической культуре

Абуздина А.Ю.

Саянск 2023 г.

**Игры для подводного плавания**.

**"Туннель".**

Задача: учить **плавать под водой**, прижимаясь как можно ближе ко дну бассейна. **Упражнять в задержке дыхания**.

Описание игры. Дети встают в колонну друг за другом. Один из играющих встаёт перед туннелем на некотором расстоянии. По сигналу он проплывает под водой в туннеле. Затем встаёт в конец колонны, и так по очереди.

Методические указания. Следить, чтобы дети стояли в колонне ровно, не мешали проплывающему. Начинать движение проплывающему можно по сигналу.

Методические указания. Следить, чтобы дети проплыли через туннель. Начинать движение ныряющему можно только после того, как поднырнувший встал в конец колонны.

 