



ВОДНЫЕ ИГРЫ

Летом так здорово купаться в речке или озёре, строить песочные замки на берегу моря и загорать под жарким солнцем! Но даже такие занятия могут надоесть за три месяца. Рассказываем, во что можно поиграть в воде!

КТО БЫСТРЕЕ?

По сигналу ведущего игроки как можно быстрее забегают в воду до заранее оговорённого места, а затем выбегают на сушу. Выигрывает тот, кто первым окажется на берегу.

Надень круг

Для этой игры тебе понадобится надувной круг. Положи его на воду перед собой и, сделав глубокий вдох, нырни. Вынырни так, чтобы оказаться в центре круга.

Дуй ввсю!

Тебе понадобится надувной или пластмассовый шарик. Опусти его на воду и попытайся переместить с помощью дыхания. Трогать шарик руками нельзя, только дуть! Ещё интереснее — устроить гонки с друзьями. Выигрывает тот, кто быстрее перегонит шарик к нужному месту.

Тритоны

Выбери неглубокое место или отмель. Полностью погрузись в воду и обопрись руками о дно, вытянув ноги. Теперь замерь нужную дистанцию и состязайся с друзьями в скорости и ловкости! Победит тот, кто первым пройдёт по дну на руках нужное расстояние.

Утки-нырки

Войди в воду по грудь и нырни так, чтобы вытянутые руки коснулись дна. Стоя под водой на руках, выпрями ноги, а пятки выстави над водой. Устрой соревнование с друзьями: выигрывает тот, кто простоит под водой дольше всех!

Лодочки

Участники входят в воду по пояс и встают в линию. По сигналу ведущего каждый складывает руки лодочкой и скользит к берегу на груди. Оттолкнуться ногами от дна можно только один раз! Победителем становится тот, чья «лодочка» окажется на берегу первой.

Внимание! Играйте только в присутствии хотя бы одного взрослого!