

Левинская Марина Михайловна,

инструктор по физической культуре (плавание),

МАДОУ «Детский сад № 348 г. Челябинска»

ЗАНЯТИЯ ПЛАВАНИЕМ, ИГРЫ И ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ В ВОДНОЙ СРЕДЕ В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО САДА

Аннотация. Представлен опыт работы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста в бассейне детского сада с учётом современных требований в образовательном пространстве.

Ключевые слова: дошкольники, плавание и игры в воде, физическое воспитание, двигательная активность, безопасность на воде.

Дошкольный возраст – это важный период формирования человеческой личности, период, когда закладываются основы физического здоровья. Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве. Плавание и игры в воде являются одним из эффективных средств физического воспитания – оно содействует всестороннему физическому развитию, имеет большое прикладное и оздоровительное значение.

В нашем дошкольном учреждении есть плавательный бассейн 5м × 7м, который посещают дети в возрасте 3 – 7 лет, воспитанники детского сада. Представленный педагогический опыт направлен, прежде всего, на воспитание здоровой эмоционально благополучной личности ребёнка и оптимизацию качества физического воспитания в соответствии с индивидуальными особенностями детей. Основными задачами физического воспитания, которые решаются средствами плавания, игр и разнообразных физических упражнений в воде являются: закаливание и укрепление детского организма; разностороннее физическое развитие; удовле-

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

творение биологической потребности детей в движении и формирование интереса к двигательной-активной деятельности.

Купание, игры в воде, плавание благотворно влияют не только на физическое развитие ребёнка, но и на формирование его личности. Ориентированность современных концепций дошкольного образования на гуманизацию предполагает изменение самого подхода к личности ребёнка. В процессе обучения дошкольников плаванию обязательно берутся во внимание индивидуальные особенности каждого ребёнка с учётом состояния его здоровья, развития, интересов; дифференцируются физические нагрузки и сложность, приёмы педагогического воздействия. Подходя к начальному обучению плаванию, не только всесторонне учитываются возможности дошкольников, но и ставится на первое место уважение их интересов, любых индивидуальных проявлений. Это позволяет каждому ребёнку найти свое место в играх и занятиях в условиях водной среды независимо от его уровня развития и подготовленности. Некоторые дети боятся входить в воду, боятся глубины, брызг. Именно поэтому первые шаги обучения плаванию направлены на то, чтобы помочь ребёнку преодолеть это неприятное чувство. Весь спектр новых ощущений в водной среде: состояние полуневесомости, плавучесть, попадание брызг, воздействие воды на кожу и т.д. – сам по себе оказывает мощное воздействие на организм и психику ребёнка. Задача педагога-инструктора – умело придать этим впечатлениям позитивную окраску и разумно использовать их в дальнейшем обучении. Формированию плавательных навыков у детей способствует не столько методика обучения плаванию, сколько необходимость освоения ребёнком более широкого социального опыта – водной среды, акватории бассейна. При этом особую значимость приобретает двигательная активность самого ребёнка, которая при соответствующем направлении со стороны педагога, прояв-

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

ляет детскую субъективность в овладении плавательными умениями. В дошкольном возрасте процесс обогащения опыта у ребёнка происходит эмоционально-практическим путём. Ребёнок стремится к активной деятельности, и важно не дать этому стремлению угаснуть, способствовать его дальнейшему развитию. Необходимое условие – поддержание положительного отношения детей к занятиям на всех этапах обучения, стремление к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли детям удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, вызывали желание дальнейшего обучения плаванию. Кульминационным моментом педагогической работы является совмещение равноправных намерений: ребёнка – купаться и резвиться, взрослого – научить ребёнка плавать. Общение взрослого с ребёнком носит характер сотрудничества, активно применяется такой методический приём, как индивидуальная страховка и помощь. Подбор упражнений, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям способствует появлению у детей разумной смелости, решительности, уверенности в своих силах. Для удобства восприятия применяются разные виды упражнений и игр, сопровождаемые стихами для детей и загадками, в объяснении используются образные сравнения и названия упражнений. Для поддержания интереса к занятиям применяются упражнения с различными предметами и инвентарём. Осваивая разные виды движений в воде, дошкольники учатся управлять собственным телом, развивают координацию. Упражнения используются в порядке постепенного увеличения нагрузки и сложности. В процессе закрепления умений и навыков предполагается варьирование сроков при выполнении той или иной задачи. При планировании образовательной деятельности упражнения подбираются таким образом, чтобы опережать имеющийся у детей в данный момент уровень

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

умений и навыков. Каждое новое движение предлагается после достаточно прочного усвоения сходного с ним, но более простого.

Основной деятельностью ребёнка в дошкольном возрасте является игра. Обучение каждому новому плавательному упражнению (движению) требует от ребёнка определённой психофизической готовности, поэтому оно по возможности сводится к игре, построенной на знакомых образах и представлениях, сопровождаемой чётким и выразительным показом. Игра – это естественная потребность ребенка, умелое удовлетворение которой позволяет проводить занятия на высоком эмоциональном уровне и успешно решать учебные задачи. Игра выгодно отличается от других средств обучения тем, что одно движение или элемент техники, подчас представляющий определённую трудность, может легко разучиваться в самых различных игровых ситуациях. Эмоциональная насыщенность игры позволяет ребёнку активно двигаться в воде, помогает проявлять свои подражательные и имитационные способности. Игровая деятельность даёт возможность проявить самостоятельность в выборе способов достижения цели, партнёров, в использовании своих умений. Целесообразность и возможность применения той или иной игры определяется задачами каждого конкретного занятия и подготовленностью занимающихся.

Неотъемлемой частью занятий в бассейне являются развлечения и праздники на воде. Они создают условия для творческого проявления умений детей в весёлых играх и соревнованиях, для укрепления дружеских взаимоотношений в детском коллективе. Праздник на воде – это эффективная форма активного отдыха детей, источник радости и веселья. Вместе с тем во время праздника выявляются умения ребёнка проявлять свои двигательные способности и физические качества в необычных условиях и игровых ситуациях, мобилизовать свои силы в со-

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

ревнованиях. Подготовка к празднику начинается заранее и ведётся планомерно. В эстафетах, играх, конкурсах и показательных выступлениях используются известные детям двигательные задания.

Обеспечение безопасности жизни и здоровья детей, наряду с образованием, является главной целью дошкольного воспитания. Именно поэтому большое внимание уделяется формированию основ безопасного поведения на воде. Целенаправленная работа по обучению, воспитанию и привитию навыков культуры безопасного поведения на воде является наилучшим способом снижения количества несчастных случаев у водоёмов и уменьшения их последствий. Расширить образовательное пространство, придать ему новые формы позволяет проектный метод. Социально-педагогический проект «Безопасность детей на воде» призван расширять знания детей и их родителей о правилах поведения на воде во время отдыха у водоёма; формировать умение реально оценивать возможную опасность и воспитывать чувство осторожности и самосохранения; прививать практические навыки поведения детей на воде во время купания и катания на плавательных средствах. В ходе реализации проекта при совместной деятельности детей, родителей и педагога обращается внимание детей на то, что им по силам самим вести себя грамотно на воде, к чему может привести не соблюдение правил безопасности. Через решение проблемной ситуации, дети учатся анализировать, делать выводы. Всё, чему научается ребёнок в дошкольном детстве, запоминается ярко и откладывается на всю жизнь. Если ребёнка в игровой форме познакомить с правилами поведения на воде и у воды, он это запомнит и сможет применить в реальной жизни. При этом важно не только оберегать ребёнка от опасностей, но и формировать у детей представление о наиболее опасных ситуациях, о необходимости соблюдения мер предосторожности. Чем раньше человек изучит основные принципы

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

самозащиты и осознает свою ответственность за свои действия, тем эффективнее будут результаты.

Таким образом, согласно требованиям ФГОС ДО осуществляется интеграция образовательных областей: физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие; и интеграция образовательной деятельности: двигательная, игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная. Интегрированный подход даёт возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребёнка.

Умение взаимодействовать с водой и плавать, приобретённое в детстве, сохраняется на всю жизнь и является подспорьем для человека в его жизнедеятельности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Атемаскина Ю. В., Богославец Л. Г. *Современные педагогические технологии в ДОУ: учебно-методическое пособие.* – СПб.: ООО «Издательство «Детство-пресс», 2012. (Серия «Методический кабинет»).
2. Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Богина Т. Л. *Обучение плаванию в детском саду.* – М.: Просвещение, 1991. – 159 с.
3. *Проектная деятельность в детском саду: спортивный социальный проект / авт.-сост. Е.В. Иванова.* – Волгоград: Учитель, 2015.