

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Мусатова Наталья Андреевна

инструктор по физической культуре

ГБДОУ Д/С №72

г. Санкт-Петербург

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ «ОБУЧЕНИЕ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ПРЕИМУЩЕСТВЕННЫМ ПРИМЕНЕНИЕМ ИГРОВОГО МЕТОДА»

Аннотация: данная статья посвящена проблеме обучения плаванию. Автор исследования отмечает, что рационально подобранные средства и методические приемы с преимущественным использованием игрового метода улучшают качество усвоения учебного материала в начальном обучении плаванию детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: плавание, дети, обучение, дошкольный возраст, методы, средства, методические приемы, игровой метод, программа, эффективность обучения плаванию.

Плавание является одним из средств физического воспитания, позволяющим решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи. Этап начального обучения плаванию детей дошкольного возраста направлен на выполнение двух основных положений. Это формирование плавательного умения, как жизненно необходимого навыка, и проведение отбора перспективных детей для дальнейшего совершенствования в группах спортивной подготовки.

Эффективность процесса обучения плаванию зависит от многих факторов и прежде всего от правильного подбора средств, методов и методических приемов.

В практике обучение плаванию используется достаточно большой набор методов, но игровой метод выступает как наиболее эффективный и подходящий

для формирования у детей различных навыков, так как выступает наиболее доступным и эмоционально насыщенным видом деятельности.

В тоже время тренерами часто недостаточно используется игра как средство развития навыков, тем самым снижая эффективность тренировочного процесса.

Мной была разработана и научно обоснована программа обучения плаванию детей дошкольного возраста с преимущественным применением игрового метода. Важно было создать эффективную программу обучения плаванию, чтобы улучшить качество усвоения учебного материала. Был увеличен процент игрового метода на занятиях от 30 до 50 процентов.

В ходе разработки были проанализированы и обобщены данные литературных источников. Определены средства и методические приемы, используемые в начальном обучении плаванию. Выявлены средства и методические приемы, влияющие на качество усвоения учебного материала. Затем была разработана и апробирована научно-обоснованная программа с преимущественным применением игрового метода для начального обучения плаванию детей дошкольного возраста.

В ходе анализа научно-методической литературы были выявлены методы, средства и методические приемы, которые используются в начальном обучении плаванию. К основным методам относятся: 1) словесные (описание, объяснение, беседа, методические указания, разбор и анализ действий, команды, подсчет); 2) наглядные (показ, изучаемого движения, жестикуляция, учебные наглядные пособия); 3) практические (методы освоения техники плавания, метод разучивания в целом, метод развития двигательных качеств, соревновательный, игровой, непосредственная помощь преподавателя).

К основным методическим приемам относятся: контрастные упражнения; выполнение упражнений в парах с поддержкой партнером; вариативность при изучении упражнений; выполнение движений в игровой и соревновательной форме; облегчение (усложнение) условий выполнения упражнений; медленной плавание; выполнение упражнений держась за неподвижную опору.

К основным средствам обучения плаванию относятся: 1) общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения на суше; 2) подготовительные упражнения для освоения с водой; 3) учебные прыжки в воду; 4) подвижные игры и развлечения на воде; 5) упражнения для изучения техники спортивных способов плавания и совершенствования в ней.

Список литературы

1. Булгакова Н.Ж. Учите детей плавать. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 48 с.
2. Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой. – М.: Физкультура и спорт, 2000. – 86 с.
3. Булгакова Н.Ж. Плавание. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 306 с.
4. Васильев В.С. Обучение маленьких детей плаванию. – М.: Физкультура и спорт. – 70 с.
5. Жук Г.А. Психолого-педагогические основы обучения, воспитания, здоровья. – Кишинев, 1989.
6. Осокина Т.И. Обучение плаванию в детском саду. – М.: Просвещение, 1991.
7. Теория и методика физического воспитания: Учебник для инст-в физ. культуры / Под общ. ред. Л.П. Матвеева, А.Д. Новикова. – М.: Физкультура и спорт, 2000. – 304 с.