

**Загороднева Надежда Петровна**

инструктор по физической культуре

**Бендюк Людмила Викторовна**

инструктор по физической культуре

АНО ДО «Планета детства «Лада» –

Д/С №140 «Златовласка»

г. Тольятти, Самарская область

## **СЮЖЕТНЫЕ ЗАНЯТИЯ КАК ОДНА ИЗ ФОРМ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ ДОШКОЛЬНИКОВ**

***Аннотация:** в статье представлен опыт использования сюжетных занятий по обучению детей плаванию дошкольного возраста.*

***Ключевые слова:** плавание, сюжетные занятия, методические приемы, дети.*

Дошкольный возраст является одним из наиболее важных периодов в жизни человека. В этом периоде закладываются основы здоровья, физического развития, формируется интерес к физической культуре.

Давно известно, что плавание влияет не только на физическое развитие, но и на формирование личностных качеств: смелости, решительности, целеустремленность.

Традиционное занятие по обучению детей плаванию отличается монотонностью, у детей быстро пропадает интерес к выполнению однообразных движений. В связи с этим, необходимо использовать сюжетные занятия при обучении плавания. Такая форма придает занятиям привлекательность, эмоциональность и на долгое время способна заинтересовать детей.

Сюжетные занятия, дают возможность широкого выбора упражнений и заданий различной направленности, оказывают разностороннее воздействие на организм.

Для решения различных задач при обучении плаванию (упражнения на дыхание, погружение, всплытие, лежание, скольжение, работа ног и рук) необходимо адаптировать соответствующую сказку. Главное, чтобы сказка была хорошо знакома детям. Средства и методы подбираются в соответствии с общепедагогическими принципами: сознательности и активности, систематичности, наглядности, доступности и т. д. Так же важно соблюдать структуру занятия (подготовительная часть, основная и заключительная).

Подготовительная часть занятия отводится на организацию детей и подготовку организма к предстоящей нагрузке. В основной части разучиваются упражнения по обучению плаванию, которые соответствуют определенной задаче. Заключительная часть предназначена для восстановления организма.

Сюжетные занятия позволяют сократить период адаптации детей к условиям водной среды и формированию начальных навыков плавания.

#### *Практические рекомендации*

1. Инструктор должен быть заинтересован к проведению сюжетной формы занятия. Использовать жесты, мимику, движения.
2. Сохранять всех действующих героев сказки.
3. Следить за состоянием детей, эмоциональным состоянием, чтобы не было переутомления и нарушения дисциплины.

#### *Конспект сюжетного занятия по плаванию для детей 5–6 лет*

Цель: поддерживать устойчивый интерес к занятиям по плаванию, приобщать к ЗОЖ.

#### *Задачи*

1. Совершенствовать умение свободно перемещаться по дну бассейна.
2. Совершенствовать выдох к воде.
3. Совершенствовать навык погружаться под воду на задержку дыхания и открывания глаз под водой.
4. Продолжать закреплять умение принимать без опорное положение в воде.
5. Продолжать закреплять умение плавать способом ноги кроль на груди с подвижной опорой; без опоры.

6. Развивать умение входить в воображаемую игровую ситуацию.

7. Воспитывать решительность, чувство смелости, дружеские взаимоотношения между детьми, создавать положительный эмоциональный настрой.

8. Развивать воображение.

9. Формировать правильную осанку и правильного свода стопы, способствовать закаливанию.

*Оборудование:* плавательные доски, фонограмма песни из сказки.

Предварительная работа: Повторение сказки «Колобок».

### *Ход занятия*

– Здравствуйте дети! Сегодня мы с вами совершим путешествие по сказке. Вы все знаете сказку «Колобок» и сегодня вы превратитесь в «Колобков». Вас ожидает путь, полный опасности и приключения.

– Ребята, а как появился «Колобок» (ответ детей)

Взяла старуха крылышко, по коробу поскребла, по сусекам помела и наскребла муки (*поглаживание руками воды*). Замесила муку (*сжатие и разжатие пальцев кисти рук*) состряпала «Колобок». Изжарила в масле (*приседания в воду, ходьба во круг себя*). Ну вот и готов наши «Колобки». Полежал, полежал «Колобок» (*упражнение «Звездочка»*) да и покатился (*ходьба в колонне по одному: на носках, с разным положением рук*). Катился «Колобок» по дороге, а на встречу ему Заяц.

– Колобок, Колобок, я тебя съем!

(Ответ детей) – Не ешь меня, Заяц, я тебе песенку спою.

Инструктор включает песню, дети выполняют под нее в произвольной форме различные движения (дыхательные упражнения, прыжки, брызгают друг на друга).

И покатился по дороге «Колобок» дальше (*бег в колонне по одному*).

Катился «Колобок», на встречу ему Волк!

– Колобок, Колобок, я тебя съем!

(Ответ детей) – Не ешь меня, Серый Волк, я тебе песенку спою (*под музыку дети выполняют различные упражнения: звездочка, поплавок, выпрыгивают со дна бассейна*).

*Дети берут плавательные доски.*

И покатился по дороге «Колобок» дальше (*плавание с доской ноги кроль на груди*).

Катился «Колобок», на встречу ему Медведь!

– Колобок, Колобок, я тебя съем!

(Ответ детей) – Где тебе, косолапому, съесть меня! спою (*под музыку дети выполняют различные упражнения с доской: лежание на спине, погружение доски на дно с последующем вставанием на нее*).

И опять покатился «Колобок» (*плавание ноги кроль на груди без опоры*).

На встречу «Колобку» Лиса!

– Колобок, Колобок, куда катишься? Спой мне песенку! спою (*под музыку дети выполняют упражнения в парах (насос, звездочка, буксир)*

– Ребята, а что случилось с «Колобком» в конце сказки? (ответ детей – Лиса его обхитрила и съела). А давайте сегодня мы спрячемся от Лисы (*погружение под воду на задержку дыхания с открыванием глаз под водой*).

Молодцы ребята! Какие же хорошие из вас «Колобки» получились.

*Свободное купание.*

### **Список литературы**

1. Пищикова Н.Г. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. – М., 2008.
2. Рыбак М.В. Занятия в бассейне с дошкольниками. – М.: Сфера, 2012. – 96 с.
3. Яблонская С.В. Физкультура и плавание в детском саду / С.В. Яблонская, С.А. Циклис. – М., 2008.