Ильина Анна Владиславовна
инструктор по физической культуре
Данилова Мария Александровна
инструктор по плаванию
МБДОУ «Д/С №208»
г. Чебоксары, Чувашская Республика

ЕДИНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО: ИНТЕГРАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И ИНСТРУКТОРА ПО ПЛАВАНИЮ В ДОУ

Аннотация: *в статье рассматривается опыт совместной работы инструктора по физической культуре и инструктора по плаванию в условиях дошкольного образовательного учреждения. Авторы делятся практическими решениями по интеграции образовательных областей, обеспечивающих разностороннее физическое развитие ребенка, и представляют модель взаимодействия, направленную на формирование устойчивых навыков здорового образа жизни.*

Ключевые слова: *физическое развитие, интеграция, плавание, координация, преемственность, здоровьесбережение, дошкольный возраст.*

Введение

Физическое воспитание в детском саду – это не только закаливание и развитие силы, но и фундамент для гармоничного развития личности. Традиционно занятия физкультурой в зале и плаванием в бассейне рассматриваются как отдельные блоки. Однако практика показывает, что синергия этих двух направлений дает значительно больший результат, чем сумма их отдельных частей.

Цель нашей работы – создание единой системы физического развития дошкольников, где навыки, полученные в спортивном зале, закрепляются и совершенствуются в воде, и наоборот.

Несмотря на специфику среды (зал и бассейн), наши цели едины:

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

- развитие основных двигательных качеств (сила, ловкость, быстрота, выносливость, гибкость).

- формирование правильной осанки и укрепление мышечного корсета.

- воспитание смелости, решительности и дисциплины.

Ключевым моментом интеграции является согласование тематического планирования. Мы разработали единый тематический план, где, например, неделя «Космос» включает в себя эстафеты в зале на «невесомость» и упражнения в воде на «выход в открытый космос» (дыхательные упражнения и погружения).

2. Преемственность в обучении двигательным навыкам

Один из главных аспектов нашей совместной работы – преемственность.

Гимнастика и плавание: В зале мы отрабатываем кувырки, стойки на лопатках, группировку. В бассейне эти навыки трансформируются в умение делать «поплавок» (группировка под водой) и правильно выдыхать в воду. Мы используем одни и те же считалки и команды, чтобы у детей формировался единый двигательный стереотип.

Дыхательные упражнения: Инструктор по физкультуре учит правильному дыханию при беге и ходьбе. Инструктор по плаванию закрепляет этот навык при выдохе в воду. Мы используем единый подход: «Вдох – носом, выдох – ртом».

Координация: Упражнения с мячом (броски, ловля) в зале коррелируют с играми с мячом в воде, что развивает пространственное мышление.

3. Совместные мероприятия и досуги

Наиболее ярко наше сотрудничество проявляется в организации совместных праздников и досугов. Например, «День Нептуна» или «Веселые старты на воде».

Разминка на суше: Инструктор по физкультуре проводит динамичную разминку перед спуском в воду, чтобы подготовить мышцы.

Полоса препятствий: В бассейне дети проходят полосу, где чередуются задания: проплыть под водой (работа инструктора по плаванию) и выполнить задание на координацию на бортике (работа инструктора по физкультуре).

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Эстафеты: Командные игры, где успех зависит от умения быстро бегать (зал) и уверенно держаться на воде (бассейн).

4. Работа с родителями

Совместно с родителями мы проводим консультации, где объясняем, почему важно посещать оба вида занятий. Если ребенок боится воды, инструктор по физкультуре на суше работает с его психоэмоциональным состоянием через подвижные игры, готовя к контакту с водой. Мы выпускаем единые памятки: «Как правильно дышать», «Упражнения для осанки дома».

Заключение

Интеграция деятельности инструктора по физической культуре и инструктора по плаванию в ДОУ – это не просто обмен информацией, а создание единого образовательного пространства. Такой подход позволяет:

1. Избежать дублирования задач.

2. Ускорить формирование двигательных навыков.

3. Повысить интерес детей к занятиям физической культурой.

4. Снизить заболеваемость и укрепить иммунитет.

Совместная работа показывает, что для ребенка нет границы между «залом» и «бассейном» – есть единый увлекательный мир движения и здоровья.

Список литературы

1. Осокина, Т. И. Обучение плаванию в детском саду : Кн. для воспитателей дет. сада и родителей / Т. И. Осокина, Е. А. Тимофеева, Т. Л. Богина. – Москва : Просвещение, 1991. – ISBN 5–09–001639–9.

2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО). – Текст : электронный. – URL: https://clck.ru/3Wq9Fd (дата обращения: 03.11.2026). – Текст : электронный.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)