

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное образовательное учреждение высшего профессионального
образования

МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ
(МГОУ)

Институт непрерывного образования
Кафедра методики дистанционного обучения и новых образовательных
технологий

**Дополнительная профессиональная образовательная программа
(повышения квалификации)**

ПРАКТИКО – ЗНАЧИМЫЙ ПРОЕКТ

**Методическая разработка освоения детьми дошкольного возраста
основ плавания**

Слушатель: Мирута М.А.
Место работы, должность:
МБДОУ д/с №17 «Росинка»,
инструктор ФК

Москва – 2016

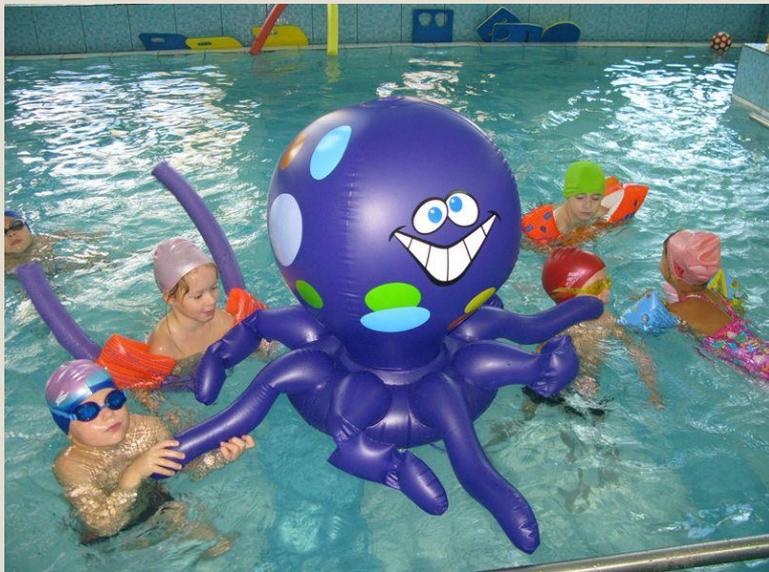
ВВЕДЕНИЕ

Актуальной задачей разработки проекта по освоению детьми дошкольного возраста плавания является поиск эффективных средств совершенствования и развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях.



Анализ существующих методик выявил значительное разнообразие подходов к формированию плавательного навыка и решению задач оздоровления дошкольников. Результаты ряда исследований свидетельствуют о стабильности тенденции снижения уровня здоровья детей дошкольного возраста.

Большинство существующих методик обучения плаванию призваны эффективно решать задачи освоения детьми плавательных умений, при косвенном решении задач их оздоровления. В существующих методиках для увеличения эффективности педагогического воздействия в процессе занятий плаванием внимание акцентируют не на средствах и методах оздоровления, а, как правило, на одном из факторов, в качестве которых чаще всего выступает: двигательная активность, уровень физической или плавательной подготовленности, физическое развитие и др.



Игровой метод в последние годы стал предметом пристального внимания исследователей, поскольку за счет введения игровых элементов он придает занятиям привлекательную, эмоциональную форму. Использование различных игровых ситуаций на суше и в воде способствует более быстрому формированию навыков плавания у детей, поэтому в традиционных методиках начального обучения плаванию довольно значительное место отводится изучению игр и развлечениям на воде.

В результате осуществлённого анализа литературных источников, нами сформулирован **основополагающий вопрос** – методические особенности освоения детьми дошкольного возраста основ плавания.



Цель проекта: разработать педагогическую систему освоения детьми дошкольного возраста основ плавания.

Задачи:

1. Изучить и проанализировать литературные источники по теме проекта.
2. Систематизировать процесс освоения плавания детьми дошкольного возраста.
3. Осуществить подбор средств и методов для освоения детьми дошкольного возраста основ плавания.



Методы исследования:

- изучение и анализ литературных источников по теме проекта;
- моделирование;
- педагогическое наблюдение.



ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Основу методической разработки по освоению детьми дошкольного возраста плавания составляют физические упражнения и игры, освоение которых помогают детям освоить элементы плавания способами кроль на груди, кроль на спине. Методическая разработка ориентирует на поддержание положительного эмоционального отношения детей к занятиям на всех этапах обучения, - стремлению к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли им удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, стремлению научиться плавать.

Разработка методов освоения детьми дошкольного возраста плавания осуществляется в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конституция РФ, ст.43, 72.

- Конвенция о правах ребёнка (1989 г.).

- Федеральный закон «Об образовании в РФ».

- СанПиН 2.4.1.3049 – 13

- Устав ДОУ

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г.

№ 273-Ф

- Федеральный закона “Об образовании в Российской Федерации”

ст. 48, ч.1, п.1

- ФГОС дошкольного образования (приказ от 17.10.13 г, действует с 01.01.2014 г)

Формирование умения плавать предусмотрено программой дошкольных учреждений, начиная со второй младшей группы, т.е. с четвертого года жизни ребенка. Дети этого возраста достаточно самостоятельны, обладают необходимыми гигиеническими умениями и навыками, имеют достаточный двигательный опыт, уже хорошо адаптированы к условиям дошкольного учреждения.

Задачи обучения плаванию следующие:

- содействие укреплению здоровья;
- закаливание;
- воспитание культурно - гигиенических навыков пользования водой и таких физических качеств, как сила, ловкость, выносливость;
- адаптация к водной среде;
- расширение фонда двигательных умений и навыков;
- обучение умению держаться на воде и перемещаться с помощью простейших движений.

Ожидаемые результаты и способы их проверки:

- сформированное эмоциональное отношение ребенка к занятиям плаванием;
- сформированный навык подготовительных и специальных упражнений по плаванию;
- сниженная заболеваемость детей, укрепление организма;
- сформировано осознанное и бережное отношение к своему здоровью;
- улучшенное состояние здоровья у часто болеющих детей.

**Технологический блок итоговой работы
Методическая разработка освоения детьми дошкольного
возраста основ плавания на физкультурных занятиях в ДОУ**



Вид двигательной деятельности: плавание

Возрастная группа	Задачи освоения	Применяемые средства	Методы и методические особенности освоения	Создание развивающей предметно–пространственной среды
Младший дошкольный возраст	1. Учить не бояться входить в воду, научить плескаться в ней; 2. Научить передвигаться в воде по дну бассейна разными способами на различной глубине	1. Организованный и поточный вход в воду; игры, связанные с привыканием к воде и взаимодействием с ней; 2. Передвижения по дну бассейна шагом, бегом, прыжками; в сочетании с движениями рук; игры в воде, с передвижением по дну бассейна различными способами.	Наглядный. Словесный. Практический. Формы организации: с помощью педагога попытки выполнить самостоятельно, образные сравнения, выполнение в различном темпе, с разной амплитудой, постепенное усложнение условий. Использование элементов соревнования.	Бассейн оснащён стационарным, традиционным и нетрадиционным оборудованием. В игровой комнате проводятся сухие тренировки перед выходом на воду. Установлены фотостенды: «Самое смешное упражнение», праздники на воде. Используются методы музыкального сопровождения занятий, яркие игрушки и др. инвентарь.

<p>Средний дошкольный возраст</p>	<p>1. Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза, передвигаться и ориентироваться под водой;</p> <p>2. Научить выдоху в воду.</p>	<p>1. Опускание лица в воду, открывание глаз в воде, стоя на дне, приседания в воде; погружения в воду, игры, связанные с погружением в воду, передвижением и ориентированием под водой; ныряние.</p> <p>2. Выдох перед собой в воздух; выдох на воду; выдох на границе воды и воздуха; выдох в воду; игры с использованием выдоха в воду.</p>	<p>Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры. Словесный: объяснения, распоряжения, названия упражнений. Практический: повторение упражнений, игровой метод, контрольный метод. В различных условиях, использование снарядов, игрушек. Введение элементов соревнования. Формы организации: парами, групповая (по звеньям), фронтальная.</p>	<p>Бассейн оснащён стационарным, традиционным и нетрадиционным оборудованием. В игровой комнате проводятся сухие тренировки перед выходом на воду. Установлены фотостенды: «Самое смешное упражнение», праздники на воде. Используются методы музыкального сопровождения занятий, яркие игрушки и др. инвентарь.</p>
-----------------------------------	--	--	--	--

<p>Старший дошкольный возраст</p>	<p>1. Научить лежать в воде на груди и спине;</p> <p>2. Научить скольжению в воде на груди и спине;</p> <p>3. Обучение развитию и совершенствованию координационным возможностям в воде;</p> <p>4. Обучение облегченным способам плавания;</p> <p>5. Обучение спортивным способам плавания (кроль на груди и спине).</p>	<p>1. Лежание на груди и на спине;</p> <p>2. Упражнения на скольжение в воде;</p> <p>3. Движения ногами в плавании на груди и спине; выполнение гребковых движений руками в скольжении; игры, связанные с координацией движений рук и ног;</p> <p>4. Плавание облегченными способами в полной координации;</p> <p>5. Плавание кролем на груди и спине в полной координации; игры в воде с использованием изученных способов плавания.</p>	<p>Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога</p> <p>Словесный: указания, команды</p> <p>Практический: повторение упражнений, разучивание по частям, игровой метод.</p> <p>Постепенное усложнение задания в плавании на груди и спине.</p> <p>Использование элементов соревнования Формы организации: поточная, групповая (по звеньям).</p>	<p>Бассейн оснащён стационарным, традиционным и нетрадиционным оборудованием. В игровой комнате проводятся сухие тренировки перед выходом на воду.</p> <p>Установлены фотостенды: «Самое смешное упражнение», праздники на воде.</p> <p>Используются методы музыкального сопровождения занятий, яркие игрушки и др. инвентарь.</p>
-----------------------------------	--	---	---	--

ВЫВОДЫ

1. ФГОС ДО является документом государственного образца и представляет собой совокупность обязательных требований к дошкольному образованию (к структуре программы и ее объему, условиям реализации и результатам освоения программы).
2. Физическое развитие детей дошкольного возраста является биологическим процессом изменения естественных свойств организма в течение жизни.
3. В дошкольном возрасте происходит активное освоение основным видам двигательной деятельности (двигательным умениям и навыкам).
4. Разработанная методика позволяет: 1) Содействовать приобретению двигательного опыта детей по плаванию, повышению уровня ежедневной двигательной активности; 2) Развивать двигательные качества и способности детей; 3) Создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма; 4) Развивать интерес к спорту - к плаванию, расширять представления детей о некоторых видах водного спорта; 4) Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни.

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОЕКТА

В данном проекте используются традиционные подходы к обучению. Также для получения положительного результата в освоении дошкольниками плавательных движений предусмотрено использование инновационных технологий, а именно элементов аквааэробики. Разработанная методика позволяет формировать у детей координацию движений, способствовать быстрому и рациональному овладению двигательных навыков, а также содействовать развитию интереса детей к занятиям плаванием, способствовать гармоничному развитию, успокаивающе действовать на нервных детей, а слишком активным дает возможность выплеснуть излишки энергии. Кроме того, выполняя упражнения по данной методике, ребенок нагружает такие группы мышц, которые почти не включены в работу при повседневной жизни или очень сложно прорабатываются в иных условиях.

Для эффективной реализации проекта подобраны комплексы упражнений разной интенсивности и координационной сложности для каждой возрастной группы. Для музыкального сопровождения занятий запланировано использование музыкальных произведений разного темпа и ритма. Использование данного проекта дает воспитанникам принимать активное участие в спортивных соревнованиях, а также продолжать заниматься в дополнительных спортивных учреждениях.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

