

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Лицей № 165 имени 65-летия «ГАЗ»



Аттестационная работа

Обучение плаванию детей младшего школьного возраста



Выполнила:
тренер – преподаватель
Елисеева Л.А.



Цель методической разработки раздела образовательной программы:

Обеспечить методическое сопровождение процесса обучения младших школьников плаванию в условиях бассейна на базе ФОКа МБОУ Лицея № 165 имени 65-летия «ГАЗ»

Актуальность

в связи с переходом на новый ФГОС

Основой для достижения личностных результатов является организация внеурочной деятельности.

За счет нее расширяется пространство взаимодействия участников образовательного процесса.

Внеурочная деятельность позволяет создать условия для овладения учеником другими неучебными видами деятельности, которые научат его решать проблемы, развивать свои индивидуальные способности и возможности

Этапы обучения плаванию

1 этап *Ознакомление*

Ознакомление ребенка с водой и ее свойствами (плотностью, вязкостью и прозрачностью).





Продолжается до того момента, как ребенок освоится с водой, сможет безбоязненно и уверенно с помощью взрослого и самостоятельно передвигаться по дну, совершать простейшие действия, играть.

2 этап

Разучивание

**Приобретение детьми умений и навыков,
которые помогут чувствовать себя в воде достаточно надежно.**



Дети учатся держаться на поверхности воды (всплывать, лежать, скользить) хотя бы краткое время получают представление о ее выталкивающей и поддерживающей силе, а так же самостоятельно выполнять упражнение вдох - выдох несколько раз подряд.



3 этап Согласование

Обучение плаванию определенным способом.






Дети должны уметь проплыть на мелкой воде (глубина воды по грудь), сохраняя согласованность движения рук, ног и дыхания, характерную для разучиваемого способа плавания.




Дети приобретают навыки плавания на глубине.




● **Упражнения для
общефизической
подготовки**

Строевые упражнения:
построения, перестроения, повороты.

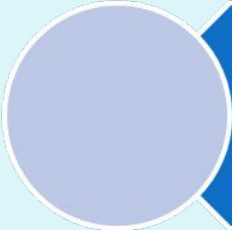
Упражнения специальной подготовки.

- 
- *Ознакомление детей:*
 - *с залом сухого плавания, бассейном, душем, раздевалками.*

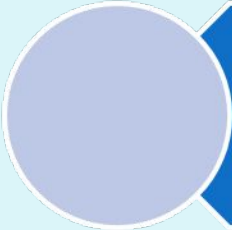
- 
- *с правилами поведения в бассейне;*

- 
- *посещение занятий по плаванию старших групп*

Игровые упражнения



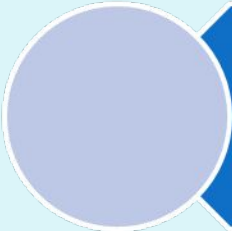
Игры помогают овладеть всеми подготовительными к плаванию действиями. Они способствуют воспитанию у детей смелости, решительности, уверенности в своих силах.



Игры используются для повторения, закрепления и совершенствования отдельных движений в плавании, для достижения устойчивости и гибкости навыков.



Движения должны быть очень простые, доступные.



Важно, чтобы в игре участвовали одновременно все дети, находящиеся в воде

Спасибо за внимание!

