**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ**

**ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ДЕТСКИЙ САД № 8**

**«РУСАЛОЧКА»**

г. Кстово 3 микрорайон дом 27 телефон 2-11-93, 2-27-16, 2-17-31

Подготовил: инструктор по физической культуре Беляшкина Светлана Викторовна

***Тема: «*** ***ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР И ИГРОВЫХ ЗАДАНИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА».***

Охрана жизни и укрепления здоровья детей является первоочередной задачей воспитательно-образовательного процесса.

Ни для кого не секрет, что в существующем состоянии здоровья детей наблюдается тенденция к ухудшению. Дети слабые, часто болеют. Благоприятное воздействие плавания на детский организм считается общепризнанным, т.к. содействует всестороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно - сосудистой и дыхательной систем, расширяет возможность опорно-двигательного аппарата. Оно является одним из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки.

Ведущим видом деятельности дошкольника является игра, поэтому процесс обучения строится с использованием игровых технологий. Систематизацию педагогического процесса осуществляем через планомерное, целенаправленное и последовательное использование игровых технологий, направленных на формирование определенных плавательных способностей по принципу «от простого к сложному» путем превращения игровой ситуации в учебную. Игровые технологии используем с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста, физической подготовленности и степени владения каждым навыком предлагаемых движений. Игра является мощным мотивационным средством в образовательном процессе, направленным на сохранение и укрепление здоровья дошкольников.

Процесс обучения начинаем с наблюдения за детьми. Своим поведением они сами подсказывают, что нужно делать, причем с каждым в отдельности. Ведь каждый ребенок — индивидуальность. На воде сразу видно: вот этот продвинулся, а этот еще стоит. Если ребенку, на начальном этапе обучения, еще трудно преодолеть страх перед погружением в воду, но он уже пытается поднять игрушку со дна — учим его погружаться в воду безбоязненно. «Ваня, нырни как уточка в озеро за рыбкой». У ребенка развито воображение, и он с интересом погружается в воду, преодолевая свой страх. Например, предлагаем детям выполнить игровое упражнение «звездочка». Одному ребенку достаточно выполнить упражнение с показа, а другому требуется как психологическая так и физическая помощь педагога. Ведь основная задача при этом — сохранить эмоционально-позитивное отношение ребенка к воде. Чтобы вода стала другом. Чтобы дети влюбились в воду. Чтобы они испытывали эмоциональный подъем.

Обучение плаванию начинается с ознакомления ребенка с водой и ее свойствами: плотностью, вязкостью, прозрачностью. Продолжительность ознакомительного периода определяется возможностью ребенка безбоязненно и уверенно с помощью взрослого либо самостоятельно передвигаться по дну, совершать простейшие действия, играть.

На занятиях дети обучаются держаться на поверхности воды (всплывать, лежать, скользить) хотя бы в течение непродолжительного времени, тем самым получая представление о выталкивающей и поддерживающей силе воды. Кроме того, дети должны научиться самостоятельно, выполнять вдох-выдох в воду несколько раз. Например, такие игровые упражнения, как «Бегемотики», «У кого больше пузырей», «Насос». Прежде чем научить детей умению свободно лежать на груди и на спине, необходимо научить их погружаться, нырять и открывать в воде глаза, не протирая их после этого руками. Умение открывать глаза помогает сохранить нужное направление движения и облегчает ориентировку под водой. Если дети в состоянии задерживать дыхание, то мы начинаем учить их доставать со дна различные предметы («Водолазы», «Искатели жемчуга», «Кто больше соберет игрушек»). Очень важно обратить внимание ребенка на то, что под действием выталкивающей силы он всплывает к поверхности воды.  
Дети также должны усвоить, что не смогут нырять, если их легкие заполнены воздухом. Чтобы убедить их в этом, мы предлагаем присесть под воду после глубокого вдоха и после энергичного выдоха (упражнения «Надуй шар», «Лопнул шар»).

После этого обучаем воспитанников плаванию кролем на груди и на спине с неподвижной и подвижной опорой, согласованными движениями рук, ног и дыхания. В результате чего дети должны уметь проплыть определенным способом («Заведи мотор», «Катера», «Доставь письмо», «Лодочки плывут»).

Каждое занятие в воде – для детей большая радость. Использование элементов игры позволяет сохранить эту радость на протяжении всего занятия. Такие движения как: “Крокодилы”, “Раки”, “Фонтаны”, «Водяной покажи пятки» и др. полезны для укрепления различных групп мышц и разгрузки позвоночника. Эти упражнения являются подготовительными для освоения скольжения на груди.

Большую роль в повышении интереса к выполнению двигательных заданий в воде играет художественное слово. Образно-игровые движения в воде развивают способность к импровизации, слух, внимание, мышление, творческую фантазию и память. В результате чего у детей расширяется двигательный опыт в воде. Эмоциональная окраска речи инструктора усиливает значение слов, помогает решению воспитательных задач, стимулирует активность, уверенность, интерес. Например, во время выполнения прыжков на 2-х ногах около бортика можно включить такое художественное слово:

“Мой веселый звонкий мяч,  
Ты куда помчался вскачь?  
Желтый, красный, голубой,  
Не угнаться за тобой!”

Игра в прыжки всегда вызывает у детей множество эмоций; они повторяют движения бесконечное число раз. Дети ощущают выталкивающую силу воды. Эффективен прием использования художественного слова при обучении более сложным упражнениям, например, при погружении головы в воду, инструктор произносит:

“Ныряют наши носики,  
Как храбрые матросики!”

Художественное слово воспитывает у детей смелость, решительность, уверенность при выполнении упражнений. Движения получаются качественными, точными. Дети быстрее осваивают их.

В результате ненавязчиво идет целенаправленный процесс обучения и развития детей. На занятиях по плаванию с детьми стараемся направить двигательную активность детей так, чтобы она последовательно усложнялась и обогащалась.

Использование игровых технологий позволяет заинтересовать детей в обучении плаванию, увеличить число одних и тех же упражнений, быстрее освоиться с водой, избавиться от страха.

Игра оказывает многогранное влияние на психическое развитие детей, является одним из действенных средств разностороннего физического воспитания. Только в ней дети осваивают правила человеческого общения, накапливают опыт применения своих возможностей. Игра является и первой

школой воли ребенка. Именно в игре первоначально проявляется способность добровольно, по собственной инициативе, подчиняться различным требованиям.

Игры, как правило, должны содержать ранее разученные детьми элементы плавания и различные подготовительные упражнения к плаванию. В обучении должен быть использован простой и доступный инвентарь. Занимающиеся будут с удовольствием участвовать в предлагаемых играх

тогда, когда они, во-первых, понимают их содержание и задачи, во-вторых, активно участвуют в игре. Поэтому особое значение приобретает четкое объяснение правил игры, исключающих произвольное толкование действий.

Использование игр в целях содействия обучению технике плавательных движений должно тесно сочетаться с задачами развития двигательных качеств. Для воспитания ловкости надо обновлять и варьировать знакомые игры, ставить перед играющими новые задачи на координацию движений, проводить игры с более сложными правилами коллективных и индивидуальных действий. Для воспитания быстроты полезно проводить игры, требующие незамедлительных, двигательных ответов в часто изменяющейся обстановке, усложненной дополнительными заданиями, а также с преодолением расстояний 3-7м на скорость.

**По своей преимущественной направленности подвижные игры в воде делятся на следующие основные группы:**

**1.**для ознакомления со свойствами воды;

**2**.для совершенствования отдельных упражнений и элементов техники;

**3.**для ознакомления с элементами прикладного плавания;

**4**.для развития физических качеств;

**5**.для эмоционального воздействия.

**Целесообразность и возможность применения той или иной игры определяют:**

* задачами каждого конкретного занятия;
* возрастом занимающихся;
* подготовленностью ребенка, стажем занятий плаванием;
* условиями проведения (размеры бассейна, температура окружающей среды, наличия инвентаря).

Игра выгодно отличается от других средств обучения тем, что одно движение, подчас представляющее определенную трудность, может легко разучиваться в самых различных игровых ситуациях. С одной стороны закрепляются навыки и умения, полученные на занятиях, а с другой стороны-

в интересной и увлекательной форме вызывает у ребенка потребность познания нового материала.

Неотъемлемой частью обучения плаванию являются праздники и развлечения на воде, которые способствуют всестороннему развитию. Они возбуждают радостные чувства и развивают эмоции, поднимают настроение и жизненный тонус. На таких мероприятиях ребенок может проявить самостоятельность и приобрести уверенность в себе, веру в свои возможности. Здесь формируются его положительные качества: доброжелательность, взаимопомощь, доброта, симпатия, жизнерадостность и т.д.

Игры на воде помогают решать ряд педагогических задач. Игра воспитывает волевые качества ребенка, чувства товарищества и коллективизма. Развивая и укрепляя организм, она закрепляет и совершенствует навыки плавания. Повышая эмоциональность занятия, игра используется как отдых и развлечение.

**Игры командные, некомандные, сюжетные и бессюжетные.**

***Командные игры*** — участники делятся на команды, и действия каждого играющего, его умения направлены на победу коллектива.

***Некомандные*** — участники не делятся на команды; каждый играющий самостоятельно решает поставленные задачи.

***Сюжетные игры*** - основаны на определенной тематике: например, «Караси и карпы», «Рыбаки и рыбки» и т. д.

***Бессюжетные*** — основаны на выполнении упражнений в соревновательной форме: «Кто первый?», «Кто дальше?», «Кто дольше?» и т. д.

**Требования, предъявляемые к проведению подвижных игр в воде**

1. Игры следует подбирать таким образом, чтобы они были понятны, доступны и интересны детям любой возрастной группы.
2. В игре должен учитываться уровень плавательной подготовленности и физического развития детей.
3. Любая игра должна быть средством познания окружающего мира.
4. В игре должны активно участвовать все занимающиеся.
5. Игра должна служить средством эмоционального воздействия.
6. В тренировочном процессе игра должна служить средством регулирования физической и психической нагрузки.
7. В игре можно совершенствовать изученные ранее упражнения и элементы техники.
8. В каждой игре участники должны получать активную физическую нагрузку.
9. Участникам должны быть заранее известны условия проведения игры: правила, задачи, место проведения, температура воды, инвентарь и т. д.
10. При проведении игры должен обеспечиваться постоянный контроль педагога.
11. Результаты игры должны обязательно объявляться всем участникам.

**Целесообразность и возможность применения той или иной игры определяются:**

* задачами каждого конкретного урока;
* возрастом занимающихся;
* подготовленностью занимающихся, стажем занятий плаванием;
* условиями проведения (открытый, крытый бассейн, его размеры, температура окружающей среды, наличие инвентаря и т. д.).

Подвижные игры в воде в основном направлены на совершенствование движений и упражнений; изучение же движений осуществляется в основном методом упражнения, но в работе с детьми — непременно в игровой форме. Игра выгодно отличается от других средств обучения тем, что одно движение, подчас представляющее определенную трудность, может легко разучиваться в самых различных игровых ситуациях. Но повторяю: это одно и то же движение или, например, элемент техники.

Очень важный момент в подготовке и проведении игр - назначение капитанов команд. Здесь не всегда оправданно волевое решение педагога. Хотя, с другой стороны, если спросить детей: «Кто будет капитаном?», — почти все они закричат: «Я!». Оправдывает себя, судя по опыту работы с дошкольниками, конкурс «на капитана», участники которого должны проявить смелость, ловкость, сообразительность, быстроту мышления, организаторские способности. Выбранных капитанов нужно ознакомить с их обязанностями.

**С учетом теории и методики физического воспитания процесс обучения какому-либо действию, которое вводится до сформированного в определенной степени навыка, делится на 3 этапа.**

**Приведу пример**: При обучении детей технике движения ног кролем

Если **на первом этапе** начального разучивания дети отрабатывают движения у бортика, держась за поручень. Используются такие игры, как «Фонтан», «Моторчик», то **на втором этапе** ( углубленного разучивания) движения ног кролем с подвижной опорой (плавательной доской, мячом, гимнастической палкой, обручем). Такие игры как «На буксире», «Лодочки плывут», «Переплыви глубокую реку с мячом».

А **на третьем этапе** результативной отработки – отрабатываются движения ног уже без поддерживающих средств, самостоятельно.

«Лодочка», «Ручейки», «Дельфины плывут», эстафеты.

**Таким образом,** процесс обучения сводится к последовательному выполнению игровых упражнений. По принципу от простого к сложному.

**Приведу пример**. Наша задача «Формирование координационных возможностей в воде: технику плавания кролем на груди при помощи одних ног» Что предлагает традиционная методика обучения детей плаванию Осокиной: Движение ног, как при плавании кролем. Да, мы отрабатываем движения ног на суше, затем в воде. Учим детей: Ноги в воде! Только пятки у поверхности! Ноги прямые! Движения ног быстрые! Движения ног частые, «мелкие!» ноги энергично работают. Дети быстро теряют интерес к выполняемым движениям. Теперь другой пример с использованием игровых технологий. Для обучения детей используем образ лодки, плывущей от берега до берега (сначала показываю наглядно). При этом задаем вопросы: Какая лодка быстрее плывет – равномерно плывущая или раскачивающаяся с боку на бок? (Контролируем боковые колебания туловища.). Что нужно лодке для того, чтобы быстрее плыть? Мотор! Поскольку наша лодка небольшая, нам нужен маленький моторчик. (Работаем только носочками.)

-Что еще может понадобиться в пути? Бензин! (Набираем больше воздуха,) Таким образом появляется мотив для выполнения упражнения, учитывая психические процессы детей этого возраста. Дети продолжительнее выполняют движения.

При подведении итогов различных игровых упражнений отмечаем, кто лучше всех сделал упражнение, но при этом, не обижая других. Например: "У Васи были самые большие брызги - молодец! А Саша, был настоящей подводной лодкой, он плыл тихо-тихо, чтобы его не заметили!" и т.д. Стараемся хвалить каждого ребенка. Сравниваем их достижения с аналогичными на прошлых занятиях "Сегодня ты плыл намного лучше, чем вчера, я даже не успевала следить за тобой глазами. Ну, настоящая торпеда!". Применяем количественные сравнения - много, мало, больше, меньше, сильнее, слабее и т.д.

Игры и игровые упражнения важное средство обучения плаванию. Они помогают воспитанию чувств товарищества, выдержки, сознательной дисциплины, умения подчинять свои желания интересам коллектива. Игра оказывает многогранное влияние на психическое развитие детей, является одним из действенных средств разностороннего физического воспитания.

Таким образом, использование игровых технологий повышают интерес детей к занятиям  по плаванию, облегчают обучение, а значит, является актуальным и эффективным в дошкольном обучении.