

Учреждение образования «Белорусский государственный  
педагогический университет имени Максима Танка»  
Институт повышения квалификации и переподготовки  
Факультет повышения квалификации специалистов образования  
Кафедра андрагогики

СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ПЛАВАНИИ ДЕТЕЙ  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (НА СУШЕ И В ВОДЕ)

Курсовая работа  
слушателя второго года обучения  
группы Ф - 172 специальности  
переподготовки 1-03 01 71  
«Физкультурно-оздоровительная  
работа в учреждениях образования»  
заочной формы  
получения образования  
Барщевской Елены Александровны  
Научный руководитель:  
Остапенко Г.А., кандидат  
педагогических наук, доцент  
Защищена  
\_\_\_\_\_ 2018  
с оценкой \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

Минск, 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

4

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОБУЧЕНИЯ  
ДОШКОЛЬНИКОВ ПЛАВАНИЮ

1.1. Стили плавания

**Ошибка! Закладка не определена.**

1.2. Основные средства обучения плаванию

**Ошибка! Закладка не определена.**

1.3. Структура методических приёмов обучения плаванию

**Ошибка! Закладка не определена.**

ГЛАВА 2. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО  
ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ НА СУШЕ И В ВОДЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

2.1. Классификация физических упражнений и игр для овладения  
плаванием

**Ошибка! Закладка не определена.**

2.2. Структура занятий плаванием для дошкольников

**Ошибка! Закладка не определена.**

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

**Ошибка! Закладка не определена.**

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

**Ошибка! Закладка не определена.**

ПРИЛОЖЕНИЕ А **Ошибка! Закладка не определена.**

**Ошибка! Закладка не определена.**

## ВВЕДЕНИЕ

С первобытных времен вода имела огромное значение в жизни человека. Чтобы не погибнуть в условиях борьбы за существование, человек постепенно начинал учиться покорять водную стихию. Поэтому можно сказать, что многие народы использовали купание в гигиенических, религиозных и закалывающих целях. Древние индийские мудрецы говорили: «Десять преимуществ даёт омовение: ясность ума, свежесть, бодрость, здоровье, силу, красоту, молодость, чистоту, приятный цвет кожи, внимание красивых женщин» [19, с. 16].

Всем нам известно, даже самым маленьким ребятам, тот факт, что вода – источник жизни на планете Земля. Девять месяцев своего существования эмбрион проводит в жидкости. Нахождение в воде для малыша так же естественно, как дыхание, сон и, конечно же, еда. «Доказано, что дети, с которыми проводились занятия плаванием, начиная с грудного возраста, здоровее, выносливее, чем их (сухопутные) ровесники, иммунитет ребенка, занимающегося в бассейне, крепче и впоследствии он никогда не будет бояться воды и плавания» [9, с. 19-20].

Умение плавать — жизненно необходимый навык для любого человека, причём абсолютно любого возраста. Стоит лишь приобрести навык плавания, то он сохраняется на всю жизнь. И самое главное — плавание с раннего возраста будет способствовать возникновению и поддержанию у детей положительных эмоций. Ребята, занимающиеся плаванием, обычно уравновешены, чем их сверстники. Они хорошо спят, обладают хорошим аппетитом, у них развита координация и ритмичность движений, необходимая для любой двигательной деятельности. Можно сказать, что плавание способствует развитию ритма движений у дошкольников, детей младшего школьного возраста, а тем самым и совершенствованию деятельности всех систем детского организма (нервную, психическую и другие).

Практическое значение занятий плаванием имеет большое значение, оно является очень интересным. Оно всесторонне закаливает, развивает организм (особенно дыхательную систему, нервную систему), так как на него при этом воздействуют сразу все факторы. Вода, солнце и воздух. Ребенку легче держаться на воде, нежели взрослому, поскольку подкожный жировой пласт у детей толще. Однако, этого можно достигнуть только при том если ребёнок будет постоянно и систематически участвовать в разнообразных тренировках на воде. «Детей дошкольного возраста лучше всего учить плаванию в

специально отведенных для этого местах», [18, с. 257]. Повторяемость движений, присуща плаванию как виду спорта, не только гармонично развивает двигательный аппарат, но и формирует дыхательную систему. Оно не только на физическое развитие влияет ребёнка, но и на формирование его личности. Оно создаёт условия для воспитания смелости, воспитание дисциплинированности, уравновешенности у детей, способствует развитию умения действовать в коллективе, помогать друг другу. Умение плавать – это навык, который сохранится на всю жизнь.

Огромное количество несчастных случаев на воде ежегодно происходит из-за того, что люди попросту не умели плавать. Большой частью это дети школьного возраста, даже дети дошкольного возраста, есть такие единицы. К сожалению, как показывает статистика, например, 60% учеников 4-5-х классов городских школ не умеют держаться на поверхности воды. По данным ЮНЕСКО, ежегодно из каждого миллиона людей, населяющих нашу планету, тонет примерно около 120 человек.

«По оперативным данным ОСВОД с 12 по 18 июля 2017 г. в Беларуси утонуло 145 человек, в том числе, 8 детей. Как правило, это дети и подростки, не обученные плаванию. По статистике за полугодие – с января по июнь 2017 г. – на воде погибли 391 человек. [11] В связи с этими данными стоит отметить, что оказание помощи терпящему бедствие на водах – это прикладное значение плавания» [14, с. 62].

Все выше перечисленные факты подчеркивают актуальность темы курсовой работы.

С учетом вышеизложенного целью данной работы является теоретическое освещение основ специальной физической подготовки детей дошкольного возраста на суше и в воде.

Задачи:

- проанализировать научно-методическую литературу по теме исследования;
- углубить теоретические знания о содержании и методике проведения этапов физкультурных занятий по обучению плаванию дошкольников разных возрастных групп, тем самым ликвидировать имеющийся информационный пробел и приобрести необходимые в работе теоретические знания;
- рассмотреть виды игр и упражнений, правила организации и проведения занятий по обучению плаванию на суше и в воде.

Предметом исследования выступает физическая культура, объектом – физическая подготовка детей дошкольного возраста.

В процессе ознакомления с литературными источниками было видно, что в современной литературе многие авторы уделяют огромное внимание теории и методике организаций занятий физической культурой, формам оздоровительной работы, предлагают широкий спектр упражнений, игр, занятий и развлечений (З.М. Богуславская, Е.О. Смирнова, В.А. Шишкина, Е.И. Подольская, Л.Г. Горькова, К.К. Утробина и многие другие авторы).

О ценности ведения систематической работы по обучению дошкольников плаванию, методологи, её целесообразности и необходимости, заговорили в советский период, подчёркивают её значимость и современные авторы (работы Т.И. Осокиной, В.С. Васильева, В.А. Овсянкина, И.Б. Чарковского, Л.Д. Глазыриной и др.).

Однако стоит отметить, что в сфере дошкольного образования практически не представлено методических пособий белорусских авторов по обучению детей плаванию. По названной проблеме у руководителей физического воспитания, реализующих учебную программу дошкольного воспитания, имеется социальный заказ.

Деятельность учреждений дошкольного образования, направленная на обеспечение здоровьесбережения дошкольников, их физическое и гармоничное развитие, регламентируют следующие нормативно-правовые документы: Кодекс Республики Беларусь об образовании [10], Образовательный стандарт дошкольного образования [12], Учебная программа дошкольного образования [21], инструктивно-методическое письмо Министерства образования Республики Беларусь «Приоритетные направления деятельности системы дошкольного образования в 2017/2018 учебном году» [8], а также Санитарные нормы и правила «Требования для учреждений общего среднего образования» [16].

При выполнении данной работы были использованы следующие методы исследования: метод изучения литературных источников (ознакомление с основными понятиями и терминами, ознакомление с публикациями в периодических изданиях, анализ методических пособий и программ) и анализ документальных материалов.