

ПРИМЕНЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ПРИКЛАДНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ В ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

APPLICATION OF APPLIED ELEMENTS IN TEACHING SWIMMING TO PRESCHOOL CHILDREN

В. В. Дыщенко

V. V. Dyshchenko

Государственное учреждение образования «Дошкольный центр развития ребенка № 8 г. Могилева», Могилев, Республика Беларусь

Аннотация: в данной статье рассмотрена сущность понятия «прикладное плавание». Описана структура занятия с применением элементов прикладной направленности. А также указаны используемые упражнения, приведены соответствующие выводы эффективности проведения занятий по данной теме.

Annotation: this article discusses the essence of the concept of “applied swimming”. The structure of the lesson using applied elements is described. The exercises used are also indicated, and the corresponding conclusions about the effectiveness of conducting classes on this topic are given.

Ключевые слова: прикладное плавание; элементы; дошкольный возраст; упражнения; преодоление водобоязни.

Key words: applied swimming; elements; preschool age; exercises; overcoming hydrophobia.

Современные дети дошкольного возраста развиты не по годам, и порой педагогу, сложно привлечь их внимание и заинтересовать. Возникает необходимость поиска современных, эффективных форм проведения занятий, способствующих увлечь ребенка дошкольного возраста, предоставляя возможности раскрыть и усовершенствовать их физические способности.

Прикладное плавание – это знание, умения и навыки плавания, способствующие держаться на воде в ситуациях, которые могут случиться с детьми в обыденной жизни. Например: ребенок оказался в одежде в водоеме.

Элементы прикладной направленности целесообразно вводить на занятиях обучения плаванию в среднем дошкольном возрасте. Сначала следует начинать учить детей умению отдыхать и держаться на воде, плавать с предметом в руке, плыть в одежде и т.д. Эти умения и навыки необходимы каждому человеку, чтобы уверенно действовать в сложной ситуации.

Каждое занятие обучения плаванию с использованием средств прикладной направленности начинается с подготовительной части, а именно с разминки на «суше». Разминка

включает в себя выполнение общеразвивающих упражнений и упражнений, имитирующих плавательные движения. Воспитанники учреждения дошкольного образования разучивают, повторяют, закрепляют, формируют динамический стереотип плавательных движений, положений и действий.

Далее в основной части занятия ребята на воде усваивают элементы и сочетание этих элементов с дыханием при различных упражнениях и играх. В процессе обыгрывания разнообразных моментов дети придумывают новые «экстремальные» ситуации на воде, из которых необходимо найти выход.

В заключительной части занятия предлагается ребятам возможность реализовать себя в свободных играх, а также в свободном плавании с различным оборудованием для закрепления плавательных движений.

Для успешного усвоения техники выполнения упражнений и движений в воде с использованием элементов прикладной направленности применяются следующие методические приемы: контрастные упражнения; вариативность при изучении движений; выполнение упражнений в парах с поддержкой партнера; медленное плавание; выполнение упражнений в соревновательной и игровой форме; выполнение движений, держась за неподвижную опору; усложнение условий выполнения движений [1, с. 96-138].

Все упражнения с применением элементов прикладной направленности, используемые для работы с детьми дошкольного возраста, носят образный характер, имеют разный уровень сложности. Вначале используются простые упражнения. Например, для овладения детьми навыка погружения в воду с головой, выполняем упражнения «Туннель», «Водолазы», «Насос», «Сядь на дно»; упражнения по овладению навыком всплывания и лежания на воде: «Поплавок», «Медуза», «Стрела», «Звезда»; упражнения для овладения навыками скольжения и плавания: «На буксире» (в парах), «Скольжение с предметом в руке», «Черепашка», «Кто дальше проскользит под водой», «Дельфины». Следует отметить, что все упражнения ребята выполняют в одежде либо с отягощением. Освоив элементарные упражнения, мы добавляем усложнения: «Придумай движения в паре», «Проплыви до бортика разными способами», «Придумай упражнение» и т.д.

Что дают ребенку занятия обучения плаванию с применением элементов прикладной направленности: во-первых, развитие морфофункциональных систем организма и психических процессов. Во-вторых, преодоление ребенком чувства страха и неуверенности. В-третьих, оздоровление и закаливание детского организма.

В настоящее время эффективность занятий обучения плаванию с применением элементов прикладной направленности, заключается в том, что у детей дошкольного возраста от занятия к занятию появляется потребность к освоению новых движений. Они с удовольствием

вносят свои изменения в сложность упражнений, придумывают новые. Вследствие чего появляется огромный интерес к занятиям в бассейне, повышаются показатели в освоении плавательных умений и навыков. Обоснование эффективности использования средств и методов опиралось на комплексную оценку динамики следующих показателей педагогической диагностики: состояние здоровья, физическая подготовленность, формирование и развитие волевых качеств воспитанников [2, с. 5].

Плавание играет важную роль в жизни практически любого человека. Для достижения результатов на занятиях обучения плаванию необходима систематическая посещаемость и планомерная тренировка. Практика показывает, чем раньше приучить детей к воде, научить плавать, обыграть «экстремальные» ситуации и как при них себя вести, тем больше снижается риск несчастных случаев на воде и формируется устойчивое положительное отношение к водной среде.

Список использованных источников

1. Учебная программа дошкольного образования (для учреждений дошкольного образования с русским языком обучения и воспитания) / М-во образования Респ. Беларусь. – Минск : НИО, 2023. – 380 с.
2. Бережная, Г. В. Учимся плавать : пособие для педагогов учреждений дошкольного образования / Г. В. Бережная. – Минск : Адукацыя і выхаванне, 2019. – 112 с.