

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Буратино»

Моя педагогическая находка: «От игры к прикладному плаванию»



Подготовила:
Инструктор по физической культуре
Локтик Айгуль Рузильевна

Когалым, 2023 г.

Здравствуйте уважаемые участники конкурса, члены жюри и гости.

Пожалуй, одними из самых любимых занятий в детском саду являются занятия физической культурой, а именно плаванием. Дети с нетерпением ждут дни до очередного погружения в воду. Но даже самое любимое занятие может стать скучным, если его не разнообразить чем-нибудь интересным.

Я хорошо помню момент, когда моя старшая дочь отказалась ходить на тренировки по плаванию во Дворец спорта ссылаясь на то, что тренировки скучные и однообразные. И тренер это подтвердила, действительно, плавание это циклическая дисциплина, где всё достаточно однообразно и монотонно.

Но однообразие и скука это не про детский сад.

Все этапы обучения этому виду спорта представлены мною как винтовая лестница. Она высокая с бесконечным количеством однообразных ступенек. По ступенькам пойдут дети, а поведу их я.

По ступенькам можно подниматься скучно и тяжело. А можно как это делаем мы. Весело, играючи, и самое главное с пользой.

Много о пользе плавания для здоровья думаю говорить не стоит. Все, прекрасно знают, что занятия этим видом спорта хорошо влияют на детский организм.

Сейчас обучением плаванию дошкольников серьезно занимаются во многих детских садах. Вновь построенные детские сады в обязательном порядке имеют бассейны.

Но, к сожалению, по статистике еще достаточно высок уровень гибели детей на открытой воде. Хотя, несомненно, за прошедшие три года по данным МЧС России количество утонувших детей снижается.

И для меня стало очевидным, что наиболее эффективный путь для улучшения сложившегося положения не только качественное обучения плаванию детей дошкольного возраста, но и включение важнейших элементов прикладного плавания.

Задача серьезная, весьма важная. Но всю эту историю с прикладным плаванием с детьми нужно повернуть так, чтоб важное и серьезное стало для детей интересным и занимательным.

Но для начала давайте поговорим с вами о прикладном плавании. Что же это такое? (вопрос аудитории)

Прикладное плавание – это

- способность человека уверенно держаться на воде (то есть обладать навыком плавания) и производить в воде целенаправленные жизненно необходимые действия и мероприятия;
- способность не растеряться в экстремальных ситуациях;
- смелость, сплоченность, выносливость, взаимовыручка;
- основы безопасности на большой воде.

Прикладное плавание применяется для решения прикладных задач.

Может быть, вы знаете какие прикладные задачи решает этот вид плавания?

- Оказание помощи уставшему на воде;
- Спасение тонущего с его последующей буксировкой к берегу на безопасное место;
- Переправа вплавь до места назначения;

- Доставание со дна различным предметом;
- Плавание в одежде, с рюкзаком на спине, с завязанными руками и ногами, ориентировка под водой

Задачи определены, задачи весьма серьезные. И самое главное жизненно-необходимые.

Но мы же с вами знаем и помним, что ведущий вид деятельности в детском саду - это игра. На каждом занятии стараемся как можно больше играть с детьми, обыгрываем различные ситуации. В процессе таких игр и с помощью детей были придуманы новые экстремальные ситуации на воде, из которых необходимо было найти выход, включаю в него элементы прикладного плавания, проигрывая с детьми определенную жизненную ситуацию.

И поэтому возвращаясь к нашей скучной винтовой лестнице, по которой я веду своих детишек, я решила, что мы будем подниматься по ней играючи и главное с пользой.

При обучении плаванию на своих занятиях применяю многочисленные методические приемы, например, облегчение или усложнение условий выполнения упражнений, выполнение изучаемых движений в соревновательной или игровой форме. В процессе обучения широко использую ныряние за тонущими игрушками, проплывание в обруче, подныривание под тонущие дуги. Комбинированное плавание – руки брасс ноги кроль, плавание на боку, плавание винтиком. Плавание и переплывание через предметы: мячи, обручи, досочки, пластиковые бутылки. Упражнения в парах: «Тачка», «Катание на буксире». Цель этих игр и упражнений заключается в том, чтобы приучать детей безбоязненно погружаться в воду с головой, на задержке дыхания, вырабатывать смелость, выносливость, чувство партнерства, ориентироваться под водой с открытыми глазами.

Своим детям объясняю, что условия наших бассейнов не могут дать достоверную картину того, как они освоили навыки плавания, так как в бассейне не глубоко, всегда можно встать на ноги, всегда под рукой есть бортики и рядом инструктор по плаванию. Учу детей выполнять двигательные действия в усложненной обстановке.

Знакомя детей с прикладным плаванием, а с ним мы знакомим тех ребят, которые уже уверенно держаться на воде, очень важно делать акцент на том, что вода – это опасная среда; что очень важно уметь рассчитывать свои силы, не стоит хвастаться перед другими. Очень важно прийти на помощь другому, но при этом не забывать, что ты и сам можешь оказаться в опасности. Не стоит ходить на водоем без взрослых, и необходимо всегда соблюдать правила безопасности на воде.

В нашем детском саду мы начали заниматься прикладным плаванием в 2020 году. Вместе с детками мы назвали наши занятия «Школа юного спасателя», на сегодняшний день элементы прикладного плавания изучаются на основных занятиях у детей старших и подготовительных групп и на дополнительных занятиях по прикладному плаванию.

Основной программой обучения по плаванию не предусмотрено изучение прикладного плавания и поэтому, видя интерес детей, я решила более подробно изучить эту тему и разработала программу «Школа юного спасателя», где дети продолжают обучаться прикладному плаванию на дополнительных занятиях по

плаванию. В основу программы легли адаптированные для детей дошкольников комплексы прикладных умений и навыков по методике Семёнова Ю. А.

Мною был разработан комплекс упражнений для сухого плавания, по которому дети всех старших и подготовительных групп занимаются с другими инструкторами по физической культуре в нашем детском саду. В группах вместе с воспитателями дети отрабатывают элементы дыхания, используя разработанную мною картотеку дыхательной гимнастики для плавания.

Итог наших непродолжительных занятий с элементами прикладного плавания вы увидите на моем мероприятии с детьми, а на мастер-классе познакомимся с вами с элементами сухого плавания с использованием нестандартного оборудования

На сегодняшний день на постоянной основе прикладным плаванием на дополнительных занятиях занимаются 75 детей старшего и подготовительного возраста. Остальные дети получают знания по прикладному плаванию на основных занятиях.

В этом году нашими детками освоены не все виды прикладного плавания, нам есть над чем работать. До конца учебного года планируем освоить технику спасения, тонущего на воде, плавание на боку и ориентировку под водой в условиях полной темноты.

На сегодняшний день результатами наших занятий можно считать:

1. 11 выпускников прошлого года продолжают заниматься плаванием в спортивных секциях нашего города.
2. Воспитанники подготовительной группы, которые в прошлом году занимались прикладным плаванием показывают более высокий уровень овладения различными техниками плавания по сравнению с другими детьми нашего детского сада.
3. Повысился уровень физической и психической подготовленности воспитанников.
4. Сформированы навыки безопасного поведения на воде.
5. Возможно, влияние на выбор будущей профессии, связанной с МЧС и т.д.

Кто-то из выпускников продолжит свою спортивную карьеру, кто-то будет плавать с оздоровительной целью. Но навыки и знания, полученные в дошкольном возрасте, сохраняются в памяти человека на всю жизнь.

Таким образом, поднимаясь по нашей винтообразной лестнице мы с детками останавливаемся на каждой ступеньке и играючи получаем жизненно важные навыки, которые пригодятся им в дальнейшей жизни. Но все-таки я всем деткам желаю, чтоб им никогда в жизни не пригодились эти навыки на практике, чтоб с ними не случилось экстремальной ситуации на воде. Это как с номерами экстренных служб 01, 02, 03- все мы должны их знать с самого детства, но желательно, чтоб нам не пришлось ими пользоваться.

Спасибо за внимание! Готова ответить на ваши вопросы.