**Представление педагогического опыта работы инструктора по физической культуре муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения**

**г.о. Саранск «Центр развития ребенка - детский сад № 46»**

**Честновой Натальи Николаевны**

**на тему «Игровой метод обучения плаванию».**

**Введение**

**Актуальность**. Детское плавание – модная в последнее время тенденция среди современных родителей. При выборе детского сада решающим фактором в пользу дошкольного учреждения становится именно наличие в нем бассейна. Главное – «здоровое» здоровье ребенка, в формировании которого детское плавание играет не последнюю роль. Занятия в бассейне оказывают укрепляющее действие на растущий детский организм, способствуют росту костной ткани. Усиливается работа легких, что препятствует размножению вредных бактерий в дыхательных путях. Детское плавание – своеобразный массаж для всего тела. Влияние плавания на организм ребенка необычайно благотворно разнообразно. Оно помогает стать здоровым, сильным, ловким, выносливым, смелым. От всех физических упражнений плавание отличается двумя присущими только ему особенностями: тело ребенка при плавании находится в особой среде – воде, а движения выполняются в горизонтальном положении. Все это оказывает на организм ребенка прекрасное оздоровительное действие. Первый выход в бассейн – событие в жизни дошкольника. Большое светлое помещение, сверкающее голубизной зеркало воды, плеск, брызги буквально ошеломляют малышей. От инструктора по физической культуре зависит, чтобы эти впечатления были положительно окрашены.

**Основная идея.** Все задания и упражнения, выполняемые малышами, как на суше, так и в воде нужно превратить в игру.Именно игра является ведущим видом деятельности малыша.Играя у ребенка пропадает чувство страха перед водой. Через игры начинается процесс ознакомления детей со свойствами воды. Для детей дошкольного возраста, именно игра является средством удовлетворения познавательных потребностей и средством реализации познавательной активности при взаимодействии с окружающим миром. Игры способствуют стимуляции интереса детей к занятиям плаванием. С помощью игр происходит овладение способами и приемами двигательной деятельности, что также является значимым и необходимым. Играя, даже самые робкие дети быстро привыкают к воде, лучше усваивают правильное дыхание, положение тела в воде и основные движения. Увлекаясь игрой, дети свободно, без напряжения выполняют нужные движения. Известно, что дети, которые постоянно находятся в движении меньше болеют и подвергаются различным заболеваниям, крепко спят, быстрее развиваются физически. Дошкольный возраст является ключевым в формировании физического здоровья и культурных навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем.

**Теоретическая база.**

**-** Осокина Т.Н. и др. Обучение плаванию в детском саду: Кн. для воспитателей детского сада и родителей. — М.: Просвещение, 2001. М.: Айрис-пресс, 2003.

- Яшагина Н.В. Программа обучения плаванию дошкольников «Капелька». Часть 1, Часть 2. г. Набережные Челны, 2009г.

- Маханева М.Д., Баранова Г.В. Фигурное плавание в детском саду. Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 64с. - (Синяя птица).

- Яблонская С.В., Циклис С.А. Физкультура и плавание в детском саду. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 112 с. – (Здоровый малыш).

- Бабенкова, Е.А, Федоровская, О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 5-7 лет /Е.А. Бабенкова, О.М.Федоровская. - М.:ТЦ Сфера, 2009.

- Фатеева, Л. Подвижные игры для дошкольников / Л.Фатеева. Ярославль Академия развития, 2007г

Роль игры в занятиях с детьми трудно переоценить. Всякий раз, когда возникает какая-либо проблема в освоении новых движений, игра может быть единственным средством для решения этих проблем. В игровой ситуации ребёнок, не задумываясь, выполнит то движение, которое по каким-то причинам не мог решиться выполнить осознанно. Использование игр помогает обеспечить эмоциональность занятий. Главное - контакт с водой и положительные эмоции.

Игры в воде проводятся индивидуальным и групповым методом.

Классификация игр следующая:

* игры, включающие элемент соревнования и не имеющие сюжета;
* игры с сюжетом;
* командные игры.

В соответствии с педагогическими задачами все игры на воде могут быть преимущественно направлены на:

* освоение воды (простейшие передвижения в воде)
* освоение различных элементов техники плавания;
* повышение физической подготовленности занимающихся;
* освоение элементов прикладного плавания;
* освоение простых прыжков в воду;
* игры и развлечения на воде.

Многократное повторение разных игр при обучении плаванию способствует созданию у занимающихся динамичного стереотипа движений, что способствует ускоренному овладению техникой плавания в воде. Игра увлекает, что создает эмоциональный фон для снятия напряжения и страха в воде, побуждает занимающихся к активному выполнению упражнений. Вот поэтому игры очень рекомендуются при обучении плаванию. Играя, ребенок незаметно привыкает к свойствам водной среды настолько, что потребность в умении плавать возникает сама собой.

**Новизна.** В настоящее время к сожалению, играми часто стали пренебрегать. Правильно подобранные игры являются эффективным средством для формирования морально-волевых качеств детей, подготовить их к нагрузкам, в том числе и к нагрузкам общения в школе, к которым дошкольник еще не привык. Ведь в игре дети самостоятельно общаются со сверстниками, их объединяет одна цель, совместные усилия к ее достижению, общие интересы и переживания. В игре ребенок становится членом коллектива, учится оценивать свои действия и поступки. Игра – это своеобразный, свойственный дошкольному и младшему школьному возрасту способ усвоения общественного опыта.

**Технология опыта.**

Цель: повысить эффективность реализации задач по физическому воспитанию дошкольников в условиях внедрения ФГОС на основе использования игр.

Задачи: - реализация общих образовательных задач по физическому воспитанию; - развитие интереса к играм на воде; - воспитание самооценки и самоконтроля; - формирование представлений о здоровом образе жизни.

Объект исследования: - физическое развитие детей дошкольного возраста.

**Результативность опыта.** Для отслеживания результативности своей работы с детьми в бассейне, правильности применения средств и методов физического воспитания, проводится постоянный медико-педагогический контроль. Проверка и оценка овладения двигательными умениями и навыками является важнейшим звеном воспитательно-образовательного процесса, помогает своевременно вносить коррективы в содержание занятий, менять характер педагогических воздействий. В нашем дошкольном учреждении обучение плаванию осуществляется последовательно и систематически. Для каждого занятия подобраны игровые упражнения, предусмотрены последовательность их разучивания и постепенное введение более сложных предметов. Подобраны иллюстрации, зарисовки всех упражнений на воде и полный цикл движений при плавании кролем на груди. Сделана фотовыставка с фотографиями детей, выполняющих различные упражнения. Для занятий подготовлен необходимый инвентарь и подобраны тексты художественных произведений. Занятия проводятся групповым способом. Для каждой группы подбираются различные комплексы упражнений на суше и в воде. Умение выполнять многократные выдохи в воду 6-8 раз подряд. Умение проплывать облегченным способом на груди или на спине 10-15 метров. Проплывать под водой небольшое расстояние — 1,5-2 метра. Развивается сила дыхания, формируется умение делать быстрый и глубокий вдох и продолжительный выдох. Для этого используются разнообразные подготовительные упражнения – сдувание с ладони пушинок, бумажных снежинок и т.д. (на сухом плавании). Затем на каждом занятии дуем на теннисные, воздушные шарики, другие игрушки. Дети учатся различным передвижениям в воде, погружению в воду, всплыванию, скольжению, движениям рук и ног как при плавании способом кроль. Воспитываются культурно-гигиенические навыки и такие качества, как смелость, ловкость, выносливость. Научить человека плавать можно лишь при условии его свободного, без напряжения и страха поведения в воде. И в связи с этим применение игрового метода на занятиях весьма важно, так как применение игр с различной направленностью ускоряет развитие двигательных умений и навыков, содействует более быстрой адаптации организма к воде.

**Список литературы**

1. Осокина Т.Н. и др. Обучение плаванию в детском саду: Кн. для воспитателей детского сада и родителей. — М.: Просвещение, 2001. М. Айрис-пресс, 2003.
2. Яшагина Н.В. Программа обучения плаванию дошкольников «Капелька». Часть 1, Часть 2. г.Набережные Челны, 2009г.
3. Маханева М.Д., Баранова Г.В. Фигурное плавание в детском саду. Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 64с. - (Синяя птица).
4. Яблонская С.В., Циклис С.А. Физкультура и плавание в детском саду. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 112 с. – (Здоровый малыш).
5. Как научить детей плавать Т.И. Осокина. Просвещение – 1985г.
6. Обучение плаванию в детском саду. Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева. Москва «Просвещение» - 1991 г.
7. Плавание: лечение и спорт. Н.Н. Кардамонова. Феникс, 2ч.
8. Маленький дельфин. И.А. Большаков. Нетрадиционная методика обучения плаванию детей дошкольного возраста. Изд-во Аркти-Москва – 2005г.
9. Плавание и здоровье малыша М.Г. Соколова. Феникс, Ростов на Дону – 2007г.
10. Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. Сан ПиН 2.1.2.1188 – 03.
11. Игры и развлечения на воде / Авторы-сост. Л.В. Мартынова, т. н. Попкова – М.: Педагогическое общество России, 2006. – 96 с.
12. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг. – М.: ТЦ Сфера, 2010. – 112 с. – (Здоровый малыш).
13. Шакирова Р.Р. Методическое пособие «Обучение дошкольников плаванию», г. Набережные Челны, 2010г.