**Методика обучения плаванью**

Методика обученияплаванию детей дошкольного возраста должна опираться на основные дидактические требования педагогики и иметь воспитывающий и развивающий характер. Общедидактические принципы — сознательность, систематичность, наглядность, доступность, прочность и частные методические положения теории физического воспитания — принцип возрастания нагрузки, повторности осуществляются при проведении занятий в соответствии с возрастными особенностями детей.

Обязателен в работе с дошкольниками индивидуальный подход. Хрупкость, несформированность детского организма требует тщательного учета способностей, склонностей, а главное — возможностей каждого ребенка. Только при строгом учете пола, возраста, степени физического развития и здоровья, подверженности простудным заболеваниям, привычки к воде и изменениям температурных условий, индивидуальных реакций на физические нагрузки можно находить наиболее верные приемы работы прл обучении плаванию детей.

Ведущее место должен занимать игровой метод. Он обеспечивает необходимую заинтересованность детей в обучении плаванию, позволяет увеличивать число повторений одних и тех же упражнений, использовать разнообразные исходные положения. Использование игр помогает обеспечить эмоциональность занятий. Игровой характер обучения отражает также необходимость внимательного, требовательного, но в то же время непринужденно-ласкового подхода к детям, обусловливает живое участие воспитателя в процессе обучения.

Игры, как правило, должны содержать ранее разученные детьми элементы плавания и различные подготовительные к плаванию упражнения. В обучении должны быть использованы простые и доступные дидактические пособия, разнообразные по форме, назначению.

Освоение различных движений происходит путем многократного повторения их. Количество повторений должно возрастать постепенно. Учитывая, что повторение движений является однообразной деятельностью и утомляет детей, в одном занятии надо предлагать им выполнять разнообразные упражнения.

Дошкольники на основе подражания лучше овладевают, целостными двигательными актами. Поэтому надо создавать у них целостное представление об изучаемом способе плавания. Для этого как на первом, так и на последующих занятиях необходимо многократно показывать этот способ в исполнении умеющего плавать ребенка или взрослого.

В связи с особенностями развития мышления детей в этом возрасте (конкретность, предметность, сильно выраженная способность подражания и др.) показ имеет очень большое значение при обучении плаванию. Все разучиваемые детьми упражнения, движения должны быть показаны воспитателем. Показ надо осуществлять в тех же условиях, в которых будет проводиться упражнение (на суше, в воде).

Особенно важен при обучении плаванию показ упражнений, проводимых в воде. В таком случае дети не только зрительно воспринимают структуру движения, но и убеждаются в том, что выполнение этого движения в воде вполне возможно. Это в свою очередь порождает уверенность и смелость при выполнении упражнений, способствует быстрейшему образованию новых навыков.

Не всегда дети сразу схватывают правильное выполнение нового движения. Поэтому его надо демонстрировать по многу раз как на одном, так и на протяжении нескольких занятий.

Лучше всего показывать упражнения непосредственно перед их выполнением, совершая все движения правильно, четко, легко и красиво, без напряжения.

Надо всегда давать возможность ребятам показывать свои достижения в исполнении тех или иных заданий воспитателю или другим детям. Это активизирует их участие в процессе обучения и может служить дисциплинирующим . фактором.

Показ обязательно должен сопровождаться доступными для детей пояснениями. Рассказ, беседа, объяснение, своевременное замечание стимулируют целенаправленное, сознательное овладение движениями.

Большое место в мышлении ребенка-дошкольника занимает образ. В обучении плаванию образные сравнения в названиях и объяснениях упражнений должны широко применяться. Такие названия упражнений, как «Глазки в воде», «Нос утонул», «Раки», «Акула» и др., помогают создать реальные представления о подлежащем выполнению упражнении, облегчают овладение им. Естественно, образ должен быть понятен детям, иначе подражание ему невозможно. Но надо иметь в виду, что ориентация только на имитационные упражнения или чрезмерное увлечение занимательностью образа отрицательно влияют на общую организованность занимающихся и четкость выполнения упражнений. Поэтому не надо злоупотреблять ими.

Объяснение, рассказ воспитателя на занятиях плаванием должны быть облечены в четкую выразительную форму. Тон разговора должен быть всегда ровным, спокойным, но достаточно внушительным. Авторитетно предъявленное требование безоговорочно выполняется дошкольниками.

В работе с ребятами 4—6 лет не следует использовать большое количество команд и подсчетов в разучивании упражнений. Главное на групповых занятиях — это авторитет воспитателя: его взгляд, выражение лица, тон, жест призывают детей к порядку. Они должны ощущать контроль за своим поведением. Это помогает детям сосредоточить внимание, приучает исполнять задание по первому слову воспитателя. В процессе занятий детям надо напоминать, что за ними наблюдают, делать замечания, часто повторять: «смотрю», «покажи», «сделай», «послежу» и т. д.

Отношение воспитателя к детям в группе должно быть чутким, ласковым, одинаково ровным ко всем. По возможности одинаковыми должны быть и выдвигаемые требования, но, разумеется, нельзя забывать об индивидуальных данных детей.

Требования воспитателя не должны навязываться детям, их надо предъявлять тактично, корректно. Важно создавать у детей ощущение самостоятельности в своих действиях.

Занятия плаванием очень эмоционально воспринимаются детьми. Они с удовольствием плескаются, брызгаются, плавают. Но иногда их поведение в воде становится слишком, шумным, чрезмерно возбуждаясь, дети лишаются способности реагировать на требования воспитателя. В таких случаях можно применить и наказание.

Одной из мер наказания является выговор с точным указанием причин недовольства воспитателя. Детей, грубо нарушающих дисциплину занятий, можно выводить из воды, не допускать к занятиям. Наказывая ребенка-дошкольника, надо сохранять уважение к его личности. Напроказившего надо вывести из воды, велеть ему одеться и в назидание другим посадить во время занятий на скамеечке на глазах у всей группы. На следующем занятии надо сделать вид, что ничего не случилось, и разговаривать с ребенком по-прежнему дружески.

Такое отношение, как правило, несколько смущает наказанного, он старается выполнять все требования как. можно лучше и внимательнее. Дети очень любят купаться, плавать, поэтому в большинстве случаев уже одно напоминание о возможности лишиться этого удовольствия дает необходимые результаты.

Овладение навыком плавания достаточно сложно для дошкольников. В связи с этим в обучении их плаванию надо использовать значительное количество разнообразных подготовительных упражнений и игр.

С каждым упражнением дети знакомятся вначале на берегу, а потом разучивают его в воде. Ознакомление с новым учебным материалом на берегу важно, так как время пребывания детей в воде ограничено (10—15 мин), а водная среда чрезвычайно их возбуждает, в результате чего внимание рассеивается, они плохо воспринимают незнакомый материал. Кроме того, находясь во время объяснений и показа нового материала в.воде без движений, дети из-за повышенной теплоотдачи быстро охлаждаются.

Но и злоупотребление большим количеством упражнений на суше влечет за собой снижение внимания. Поэтому целесообразно предлагать детям на суше 2—3 упражнения, а затем заниматься с ними в воде.