

## НАЧАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ НА ОСНОВЕ СЮЖЕТНО-РОЛЕВЫХ ИГР

**Е.П. Гордюк**, магистрант

Научный руководитель – **Л.Н. Каленчук**, к.п.н., доцент  
**Полесский государственный университет**

Плавание как средство физического воспитания широко рекомендуется для работы с дошкольниками [1, с. 45]. В настоящее время разработаны и обоснованы различные методики обучения плаванию, однако, лишь отдельные тренеры по плаванию занимались исследованием формирования навыка плавания у детей дошкольного возраста путем включения в занятия игр.

Анализ литературы по проблеме исследования показал, что несмотря на большое количество публикаций, посвященных проблемам обучения детей плаванию детей дошкольного возраста, вопросы изучения особенностей обучения плаванию детей дошкольного возраста на основе сюжетно-ролевых игр сказочных сюжетов в теории и практике изучены недостаточно.

**Целью работы** явилось исследование особенностей обучения плаванию детей дошкольного возраста.

### **Материал и методы исследования.**

В исследовании приняли участие 28 детей в возрасте 5-6 лет.

Методы исследования: анализ литературы и нормативных документов, анкетирование, опрос, методы математической статистики, тестирование.

### **Результаты исследования и их анализ.**

Анализ литературы, наблюдения в ходе занятий за детьми, занимающимися плаванием, опыт работы известных тренеров в области проводимого исследования, беседы с родителями и детьми позволил выявить наиболее популярные и любимые детьми сказки, сюжеты и герои которых могут быть использованы в процессе обучения дошкольников плаванию.

Обе группы занимались по программе «Детство» Е.К. Вороновой, но на занятиях в экспериментальной группе применялся игровой метод [2].

Исследование было проведено в три этапа:

1. Обработка информации о существующих методических рекомендациях по проведению занятий у детей дошкольного возраста. Выявление достоинств и недостатков данных программ обучения;

2. Поставлены цель и задачи исследования, получена информация о каждом занимающемся, проведена первоначальная оценка результатов тестирования экспериментальной и контрольной группы детей 5-6 лет на уровень плавательной подготовленности, посещающих занятия по плаванию;

3. На основе анализа существующих программ подготовить собственный комплекс упражнений по обучению плаванию.

4. Путем проведения эксперимента получить результат, на основе которого появится возможность судить об эффективности или неэффективности разработанного комплекса упражнений по проведению занятий.

Результаты педагогического эксперимента были систематизированы, описаны и обобщены, подвергнуты количественному и качественному анализу, формулировались выводы, оформлялась выпускная квалификационная работа.

Для проверки эффективности предложенной методики в период с 1 сентября 2023 года по 1 декабря 2023 года в условиях детского бассейна был проведен эксперимент.

В эксперименте участвовали две группы: контрольная и экспериментальная по 14 человек в каждой:

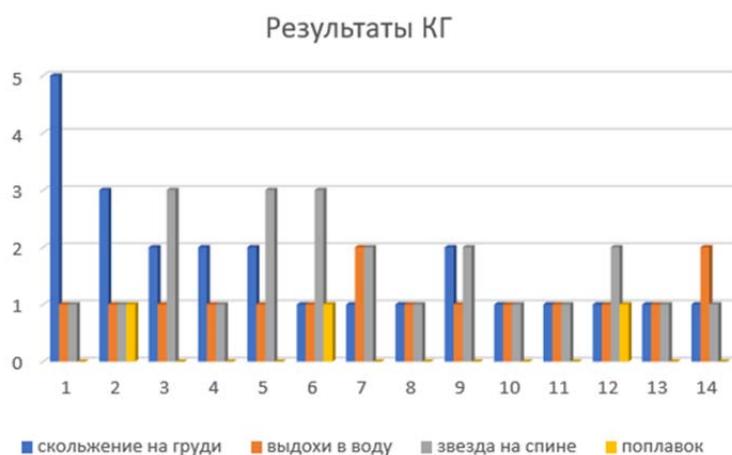
- 7 мальчиков и 7 девочек;
- возраст – 5-6 лет;
- одинаковое телосложение;
- единый уровень физической подготовки.

Обе группы занимались по программе «Детство» Е.К. Вороновой, но на занятиях в экспериментальной группе применялся игровой метод

При формировании контрольной и экспериментальной групп были соблюдены следующие условия: группы были статистически однородны по антропометрическим данным (рост, вес, ОГК), физическим качествам (сила, гибкость, координационные способности) и плавательной подготовленности.

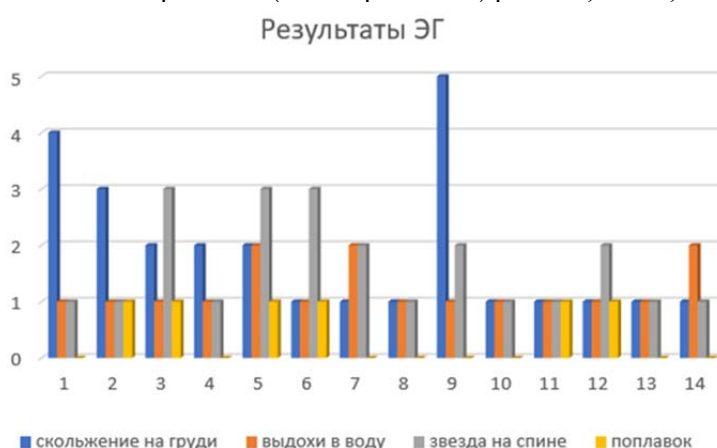
Перед проведением эксперимента занимающиеся каждой группы сдавали нормативы «выдохи в воду», «скольжение на груди», «поплавок», «звезда на спине».

Результаты исследования предоставлены на рисунках 1 и 2.



**Рисунок 1. – Результаты выполнения тестов дошкольниками контрольной группы на начало опытной экспериментальной работы (НОЭР)**

Обработка полученных результатов показала, что средний результат показателей тестирования контрольной группы в начале эксперимента (сентябрь 2023г.) равен  $1,93 \pm 0,10$ .



**Рисунок 2. – Результаты выполнения тестов дошкольниками экспериментальной группы на начало опытной экспериментальной работы (ОЭР)**

Для экспериментальной группы средний результат в сентябре 2023 г. равен  $1,96 \pm 0,07$ .

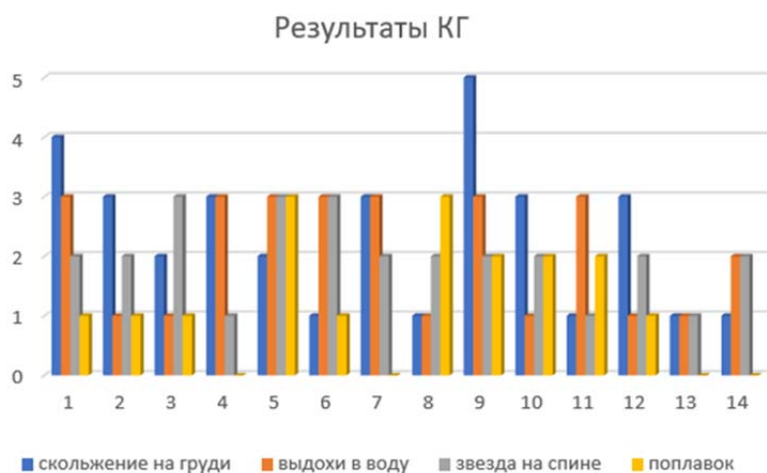
Далее в контрольной группе дошкольники занимались по традиционной методике, а в экспериментальной – по разработанной нами методике с использованием сказочных сюжетов.

Каждое занятие было построено в соответствии с поставленными задачами и на сюжете одной из выбранных сказок:

1. Освоение с водой (ходьба без помощи рук, ходьба с помощью рук, бег, погружение без головы);
2. Научиться правильной технике дыхания (упр. на дыхание с 28 постепенным погружением лица в воду);
3. Подготовительные упражнения (имитационные);
4. Научить детей ориентироваться в водной среде (поплавок, лежание на груди, на спине);
5. Научить дошкольников передвигаться с подвижной опорой и без;
6. Совместить правильную технику дыхания с работой ног кролем на груди и спине.

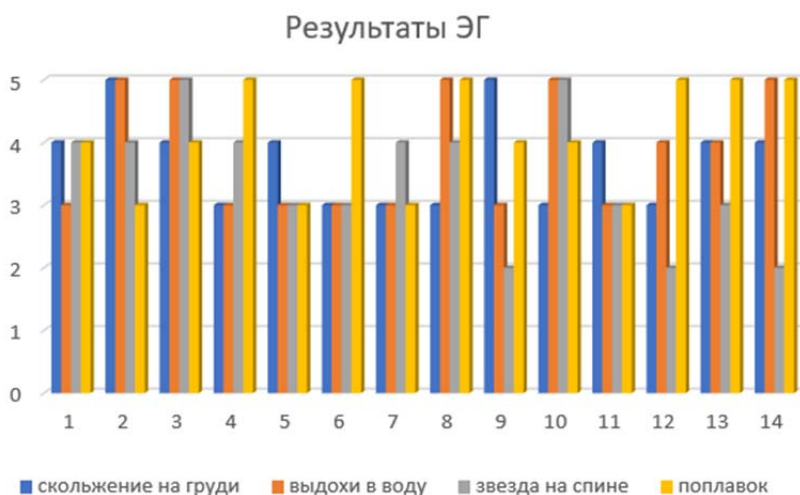
По окончании опытной экспериментальной работы было проведено тестирование сформированности умений детей по тем же критериям, что и в начале эксперимента («выдохи в воду», «скольжение на груди», «поплавок», «звезда на спине»).

Результаты тестирования на окончании опытной экспериментальной работы (ООЭР) представлены на рисунках 3, 4.



**Рисунок 3. – Результаты выполнения тестов дошкольниками контрольной группы на окончании опытной экспериментальной работы (ООЭР)**

Исследование показало, что в конце проводимого эксперимента (декабрь 2023 г.) результаты тестирования в контрольной группе составили  $3,55 \pm 0,10$ .



**Рисунок 4. – Результаты выполнения тестов дошкольниками экспериментальной группы на окончании опытной экспериментальной работы (ООЭР)**

Анализ полученных данных показал, что по окончании эксперимента, результаты тестирования в экспериментальной группе составили  $4,43 \pm 0,17$ .

Оценив полученные данные, наибольший прирост результатов в данном тесте произошел в экспериментальной группе. Выявлено достоверное (при  $p < 0,05$ ) различие показателей между группами в конце эксперимента, с преимуществом в экспериментальной группе.

Таким образом проведенное исследование доказало эффективность предложенной методики начального обучения плаванию детей 5-6 лет на основе сюжетно-ролевых игр.

### **Выводы**

1. Анализ литературы по проблеме исследования показал, что хороший эффект при обучении дошкольников плаванию имеет использование игровых технологий с применением сказочных сюжетов, однако беседы с тренерами по плаванию показал, что большая часть использует при работе с детьми традиционные методики.

2. На основании сказочных сюжетов была разработана методика обучения дошкольников плаванию, которая включала необходимые упражнения для развития физических качеств, игр на развитие координацию, правильное дыхание, упражнения на погружение и всплывание, на скольжение на груди, имитационные упражнения и др.

3. Результаты проведенного педагогического эксперимента показали, что дошкольники экспериментальной группы имеют более высокие показатели, выполнения тестов по окончанию опытной экспериментальной работы, чем дошкольники контрольной группы, что свидетельствует об эффективности предложенной методики.

### **Список использованных источников**

1. Милькова, А.Н. Обучение плаванию младших школьников на глубокой воде / А.А. Милькова – г. Заречный.: 2015. – 201с.

2. Воронцов, И.М. Своеобразие переходного периода у детей 6-7 летнего возраста / И.М. Воронцов, С.Б. Тихвинский – М.: 2017. – 174 с.