

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных игр

**«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВОГО МЕТОДА НА СЮЖЕТНОЙ
ОСНОВЕ В ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса 511 группы

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Аралиной Кристины Игоревны

Научный руководитель

доцент

подпись, дата

Е.Н. Шпитальная

Зав. кафедрой

к. философ. н., доцент

подпись, дата

Р.С. Данилов

Саратов 2021

ВВЕДЕНИЕ

На сегодняшний день, такой навык как умение плавать является важным, а его развитие занимает разный объем времени и множество усилий. Обучение плаванию зависит от множества взаимосвязанных аспектов, таких как: тренер и выбранная им программа, возраст обучающегося, физиологические и психологические факторы. С каждым годом все больше людей желают обучиться плаванию, связано это с тем, что пропаганда ведения здорового образа жизни набирает обороты, а сам спорт, стал намного доступнее и популярнее у человечества. В связи с этим, возникает вопрос о разработке эффективной программы обучения данному навыку, которая будет компетентной и позволит ребенку раскрыть свой потенциал, развить свои скрытые способности, морально-волевые качества, а так же укрепить здоровье. Безусловно, следует подчеркнуть, что умение плавать – важнейший навык, который поможет уберечь человека от несчастных случаев в открытых водоемах, бассейнах.

В Древней Греции об «изгое» общества говорили, что «он не умеет ни читать, ни плавать», и именно с тех самых пор, данные навыки являются «визитной карточкой» всесторонне развитого гражданина.

Необходимо отметить, что человеку необходимо обладать базовыми способностями, чтобы он научился уверенно чувствовать себя в водоеме, ведь ежегодно с детьми происходят несчастные случаи именно из-за неумения плавать. Статья 14, пункт 5.1. Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» гласит, «что органы исполнительной власти в области образования и здравоохранения должны обеспечить высокий уровень проведения учебных и внеучебных занятий, создавать условия, для того чтобы каждый ученик не только научился плавать, но и смог выполнить установленные нормативы».

Таким образом, повсеместному обучению плаванию в Российской Федерации уделяется должное внимание. Такой вид деятельности включен в программу по физическому воспитанию образовательных учреждений: школах, высших и средних профессиональных учреждений, а так же обучение плаванию является

обязательным разделом спортивно-массовой работы в санаторных и оздоровительных лагерях.

Международная федерация любителей плавания (ФИНА) в 1971 году определила плавание как важный дополнительный источник здоровья для грудных малышей, а так же дала рекомендации медицинским комитетам всех федераций плавания включиться в работу по развитию плавания среди маленьких детей и популяризировать методику применения такого оздоровительного средства.¹

Перед тем, как составить рабочую программу, авторы учитывают возрастные характеристики ребенка, а так же уровень подготовленности. Данным феноменом занимались многие преподаватели, тренеры, разработчики программ, и в каждой программе выбирается тот тип людей, для которых она будет более эффективной, а так же признаки, которые отмечались ранее – возраст и уровень подготовки. Делалась выборка дозировка необходимых упражнений, а так же порядок выполнения для достижения цели, порядок проведения тренировок, техника безопасности и т.д. Каждая программа по обучению плаванию содержит свою концепцию, основу, которая отражает видение автора на достижение результата в учебном процессе.²

Большое количество разнообразных программ по обучению плаванию определяет, что такая тема является **актуальной** в современном мире и требует более детального понимания.

Практическая значимость исследования: разработанный комплекс игр на воде можно использовать на занятиях по начальному обучению плаванию.

Теоретическая значимость: результаты исследования позволят расширить возможности начального обучения плаванию детей, используя игровые методы.

Новизна исследования: методика развития навыков плавания основана на игровом методе с сюжетной основой, на наш взгляд, привнесет новизну в тренировочный процесс детей.

¹ Булгакова М.Ж. Плавание. Учебное пособие / М.Ж. Булгакова – «Физкультура и спорт», 2001. – 11с.

Объект исследования - процесс начального обучения плаванию детей старшего дошкольного возраста с использованием игрового метода.

Предмет исследования - использование игрового метода на сюжетной основе при начальном обучении плаванию детей старшего дошкольного возраста.

Цель выпускной квалификационной работы: разработка игрового метода на сюжетной основе при обучении плаванию детей старшего дошкольного возраста

Задачи:

1. Изучить теоретико-методологические аспекты проблемы начального обучения плаванию с использованием игрового метода.
2. Разработать комплекс сюжетно-игровых заданий для начального обучения плаванию;
3. Экспериментально обосновать применения использования игрового метода на сюжетной основе при начальном обучении плаванию.

Гипотеза исследования: Использование игрового метода на сюжетной основе более эффективно повлияет на процесс начального обучения плаванию детей дошкольного возраста, чем программы с применением классических методик.

Основное содержание работы

Исследование осуществлялось в поселке Базарный Карабулак Саратовской области на базе ФОК «Лидер» с сентября 2019 года по февраль 2020 года. Занятия проводились по 45 минут три раза в неделю. В исследовании принимало участие 44 ребенка дошкольного возраста, по 22 человека в каждой группе – 12 девочек и 10 мальчиков одинакового возраста – 6 лет и уровня физической подготовки.

Исследование осуществлялось в несколько этапов:

1. Первый этап: анализ существующих программ первоначального обучения плаванию. Выявления плюсов и минусов методов обучения плаванию в этих программах.
2. Второй этап: проанализировав другие существующие авторские программы, выделить более эффективные факторы в них и составить собственный комплекс упражнений по обучению плаванию.
3. Третий этап: путем эксперимента сделать вывод об эффективности или неэффективности разработанного комплекса упражнений по обучению плаванию.

В начале каждого занятия с ребятами в экспериментальной группе проводилась зарядка, которая включала в себя специальные и общеразвивающие упражнения; определялись традиционные задачи: имитационные упражнения, упражнения на дыхание, всплывание, лежание, погружения, скольжение, координацию, а так же научить попеременной работе ног на груди, на спине с минимальным использованием подвижных опор.

Каждое занятие включало в себя 4-5 упражнений с определением сюжета на основе сказок, и чтобы избежать пропажи интереса, стимула к занятиям и монотонности, каждую тренировку сюжет менялся, но упражнения могли оставаться неизменными. К примеру, первое занятие включало упражнения на дыхание и координацию, а сюжетом была сказка Ш. Перро «Красная шапочка», а второе занятие состояло из тех же самых упражнений, но преподносилось дошкольникам в рамках сюжета сказки «Три поросенка». Таким образом,

благодаря смене сюжета ребята продолжали оставаться заинтересованными, даже если выполняли одни и те же упражнения от тренировки к тренировке. Дошкольники из контрольной группы тренировались по тематическому плану и программе, которую используют преподаватели ФОК «Лидер». Дети из экспериментальной группы тренировались по разработанной методике обучения плаванию для дошкольников, используя сюжетно-ролевую игру на основе сказок.

Каждое занятие выстраивалось в соответствии с поставленными задачами, а также на сюжете одной из выбранных сказок:

1. Освоение водного пространства – ходьба без помощи рук, ходьба с помощью рук, погружение без головы, бег.
2. Научиться использовать правильную технику дыхания – упражнения на дыхания с постепенным погружением лица в воду.
3. Подготовительные (имитационные) упражнения.
4. Обучить детей ориентации в водной среде – лежание на груди, лежание на спине, поплавок.
5. Обучить детям шестилетнего возраста передвижению с подвижной опорой и без нее.
6. Совместить правильную технику дыхания с работой ног кролем на груди и на спине.

Чтобы решить поставленные задачи, необходимо определить методы исследования, к ним можно отнести:

1. Анализ литературы – проводился с целью наиболее подробного изучения проблемы эффективности обучения плаванию дошкольников. Изучались статьи в научных журналах, методические пособия, программы и т.д. Изучение специальной литературы помогло конкретизировать тему исследования, объект и предмет исследования, выбрать методы исследования, составить экспериментальные комплексы упражнений, а так же сформулировать гипотезу.
2. Педагогическое наблюдение – прямое восприятие, усвоение педагогического процесса в его натуральных условиях. В рамках педагогического наблюдения был необходим объективный педагогический анализ, цель которого – выявить более достоверные данные о детях (физические данные, плавательные способности). При сборе первоначальных данных были выявлены объективные трудности, конкретнее – ограниченность во времени наблюдения, при помощи которых были решены следующие задачи:
 - Выявление плавательных способностей у ребенка;
 - Готовность к работе;
 - Способность усваивать новый материал
3. Педагогический эксперимент – цель – проверка поставленной гипотезы в работе, а так же выявление эффективности разработанного комплекса обучения плаванию с применением сюжетно-ролевой игры. Запланированный педагогический эксперимент, предусматривал включение в программу тренировок экспериментальной группы сформированных комплексов специальных упражнений для наиболее эффективного процесса обучения плаванию. Дети из контрольной группы во время проведения эксперимента (октябрь 2019-февраль 2020 г.) тренировалась по обыкновенной программе начального обучения плаванию для детей возраста 6 лет. Упражнения по обучению плаванию для включения в разработанный

комплекс был использован на занятиях экспериментальной группы на протяжении полугода без внесения в него каких-либо изменений.

Педагогическое тестирование – это форма измерения знаний учащихся, основанная на применении педагогических тестов. Включает в себя подготовку качественных тестов, собственно проведение тестирования и последующую обработку результатов, которая даёт оценку обученности тестируемых.

В начале и на промежуточном этапе детям были предложены следующие задания:

Поплавок - ноги согнуты в коленях, руками обхватываются ноги, голова прижата к коленям, задержка дыхания на 80% от максимума объема легких. Способ оценивания: засесть время, за которое ребенок сможет продержаться в данном положении в воде;

Звезда на груди – руки и ноги в стороны, глаза смотрят на дно, тело расслаблено, лопатки немного сведены. Упражнение оценивается аналогично первому: засекается время, за этот период продержаться как можно дольше;

Звезда на спине – руки и ноги в стороны, глаза смотрят в потолок, живот тянется вверх. Данное упражнение оценивается так же в секундах;

Скольжение по воде – оттолкнуться от бортика ногами, далее применяя скольжение, руки верху соединены. Оценивается дальность пройденного пути, путем скольжения по воде;

Выдохи в воду – выдох в воду воздуха носом, рот закрыт. Нужно создать под водой пузыри. Такое упражнение оценивается по баллам:

- 1 балл – выдоха нет,
- 2 балла – выдох ртом, закрыв нос рукой,
- 3 балла – выдох ртом и носом,
- 4 балла – короткий выдох носом,
- 5 – продолжительный выдох носом;

Ноги кроль с досочкой в руках – прямые руки держат досочку вверх, глаза смотрят вниз, ноги стучат по поверхности воды, при этом создавая фонтан, вдох вперед. Оценивается данный способ аналогично предыдущему:

1 балл – страх оторвать ноги от земли, работа ног отсутствует,

2 балла – отталкивается, а не шлепает по воде,

3 балла – работа ног не согласуется друг с другом то одноименно, то разноименно,

4 балла – работа ног сама по себе правильная, но ноги иногда отпускаются под воду,

5 баллов – ноги работают правильно

Теоретический анализ и опытная работа позволили смоделировать уроки, в основу которых положены комплексные игры на сюжетной основе. Причем направленность, последовательность и характер проведения игр от занятия к занятию постепенно усложнялись, но сама структура игровой деятельности оставалась постоянной в течение всего эксперимента, что создавало атмосферу определенности, целевого настроя на выполнение конкретных заданий и, следовательно, высокой эмоциональности и заинтересованности в конечном результате деятельности.

Резюмируя вышесказанное, можно отметить, что для оценки уровня плавательных навыков, были определены методы исследования и контрольные тесты, при помощи которых были определены исходные и итоговые данные.

Прежде всего, необходимо представить результаты тестирования до эксперимента контрольной и экспериментальной групп.

Можно увидеть, результаты тестирования исходного уровня физической подготовки контрольной и экспериментальной группы (поплавков (с), звезда на груди (с), звезда на спине (с), скольжение по воде (м), выдохи в воду (баллы), ноги кроль (баллы). Результаты выполнения упражнений представлены в среднем значении для каждой группы, т.е. результаты контрольной и экспериментальной группы подвергались вычислению к среднему арифметическому значению. Выполнение заданий «выдохи в воду» и «работа кролем на 15» вычислялись также по данному принципу, хотя и оценивались бальной системой. По итогам предварительного тестирования до эксперимента в контрольной и экспериментальной группах показатели участников были примерно одинаковые.

Затем в рабочую программу была включена наша методика с использованием игрового метода на сюжетной основе. И к концу эксперимента было повторное тестирование.

Представим итоговые результаты тестирования научного исследования контрольной и экспериментальной группы.

Можно увидеть результаты тестирования итогового уровня контрольной и экспериментальной групп (поплавков (с), звезда на груди (с), звезда на спине (с), скольжение по воде (м), выдохи в воду (баллы), ноги кроль (баллы). Все исходные значения были подвергнуты вычислению в среднее арифметическое значение. Выполнение заданий «выдохи в воду» и «работа кролем на 15» вычислялись также по данному принципу, хотя и оценивались бальной системой. Оценивая полученные данные было выявлено, что наблюдается достоверное увеличение показателей.

Со сравнительным анализом плавательных результатов контрольной и экспериментальной групп можно ознакомиться на графиках. На графиках 1,2,3,4,5,6 представлены результаты участников контрольной и экспериментальной

групп. По ним видно прирост результатов до и после педагогического эксперимента в обеих группах в конце эксперимента.

Сравнив результаты, полученные контрольной и экспериментальной группы, мы можем сделать вывод, что наибольший прирост результатов произошел в экспериментальной группе в четырех упражнениях из шести, что говорит о эффективности разработанного комплекса. Результаты были подвергнуты математической обработке данных, что говорит о достоверности результатов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Выпускная квалификационная работа выполнена по теме: «использование игрового метода на сюжетной основе в обучении плаванию детей старшего дошкольного возраста».

Целью данного изучения считалось разработка игрового метода на сюжетной основе при обучении плаванию детей старшего дошкольного возраста.

Результат установленной цели был достигнут путем решения следующих задач

1. Изучено теоретико-методологические аспекты проблемы начального обучения плаванию с использованием игрового метода
2. Разработан комплекс сюжетно-игровых заданий для начального обучения плаванию
3. Экспериментально обосновано применение использования игрового метода на сюжетной основе при начальном обучении плаванию

Выполненное исследование дает возможность сделать ряд выводов:

Во-первых, в ходе выполнения выпускной квалификационной работы, изучая теоретико-методологические аспекты проблемы начального обучения плаванию, были проанализированы ряд авторских программ по обучению плаванию:

- Программа начального обучения плаванию с помощью игрового метода;
- Программа начального обучения сначала на мелкой воде, далее на глубокой «Маленький дельфин»;
- Программа обучения плаванию только на глубокой воде;
- Обучения плаванию только на мелкой воде «Нептун»;
- Обучение плаванию на открытых водоемах ОСВОДа РСФСР;
- Программа обучения плаванию одновременным способом.

Проанализировав программы по обучению детей плаванию, можно сделать вывод, что каждая из них имеет общую основу, а так же последовательность разучивания определенных элементов. Основные сходства программ:

- В каждой программе присутствует теоретическая часть

- Прослеживается схожая последовательность процесса обучения плаванию:

- 1) Разучивание нового материала;
- 2) Повторение и закрепление нового материала;
- 3) Совершенствование двигательных навыков.

Во-вторых, был разработан комплекс упражнений для начального обучения плаванию с использованием сюжетно-игрового метода на основе сказочных сюжетов с детьми 6 лет, разработаны конспекты занятий, определен комплекс тестов для контроля физической подготовки: «Поплавок», «Звезда на груди», «Звезда на спине», Скольжение по воде, Выдохи в воду, Ноги кроль.

В-третьих, экспериментально проверена эффективность использования комплекса упражнений по начальному обучению плаванию дошкольников на основе сюжетно-игрового метода и влияние его на физическое, функциональное развитие и овладение начальными навыками плавания. После вычислений при помощи математической статистики результатов экспериментальной и контрольной групп, можно установить, что результаты достоверны, программа, которая применяется на занятиях по плаванию, для этих упражнений является эффективной. На основании полученных результатов после математического анализа, можно сделать вывод, что применение комплекса упражнений на основе сюжетно-игрового метода имеет высокую эффективность в обучении детей дошкольного возраста плаванию. В результате исследования была выявлена положительная динамика в освоении дошкольниками начальных плавательных умений.

По нашему мнению, цель была достигнута, так как при проведении тренировок, дети намного реже пропускали занятия, меньше отвлекались, а материал усваивался интенсивнее, чем в контрольной группе.

Резюмируя вышесказанное, можно отметить, что игровой метод является универсальной моделью тренировок по обучению плаванию детей дошкольного возраста. Применение ее не требует долгой подготовки, а эффективность не заставляет себя ждать. При наличии в своем портфолио заготовленных игр или

разработанных сюжетов, педагог с легкостью сможет поддерживать интерес и темпо-ритмику на каждом занятии, даже при монотонном выполнении каких-либо упражнений.