

**Муниципальный этап всероссийских конкурсов профессионального мастерства в сфере образования
«Педагог года - 2020»**



номинация «Воспитатель года - 2020»

Конкурсное мероприятие «Педагогическая находка»

Методическая разработка образовательной деятельности детей 6-7 лет по физическому развитию (плавание) по теме: «Пловцы-удальцы»

**Судова Юлия Юрьевна,
инструктор по физической культуре первой квалификационной категории
муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения Белоярского района
«Детский сад комбинированного вида «Березка» г. Белоярский»**

г. Белоярский, 2020 год

Пояснительная записка

В условиях модернизации образования актуальным становится вопрос о создании условий в детском саду, которые бы способствовали становлению активной, мобильной, креативной личности способной не только воспринимать окружающую действительность, но и активно познавать ее, преобразовывать.

Новое время требует полной «перезагрузки» в технологиях обучения и образования. Постоянный поиск нового содержания образования познавательного, понятного и увлекательного для ребенка, моделируя вариативное пространство для развития физических, интеллектуальных и творческих способностей у дошкольников.

Обновление содержания образования по физической культуре осуществляется путем использования в образовательной деятельности современных технологий обучения: метод проектов, цифровые ресурсы, здоровьесберегающие, здоровьесформирующие и игровые технологии (акваэробика, дыхательная гимнастика, закаливающие процедуры, круговая тренировка и др.).

Разработка и реализация проекта «Маленькие блогеры – учат ребят» по формированию культуры здоровья и основ безопасности посредством цифровых технологий стала отправной точкой в вопросах формирования новых компетенций у современных дошкольников.

Создание вместе с детьми видеороликов-блогов, позволяют в полной мере решать задачи комплексной безопасности детей: формированию культуры здоровья и основ безопасности, а также реализовать потребности современных детей пользоваться гаджетами в образовательных целях.

Данная методическая разработка носит прикладной характер и может быть использована педагогами других образовательных учреждений. При разработке образовательной деятельности были учтены и реализованы следующие педагогические условия:

- ✚ создание обстановки эмоционального благополучия;
- ✚ создание безопасной развивающей предметно-пространственной среды;
- ✚ творческий подход к содержанию образования;
- ✚ использование музыкальных произведений на занятии по плаванию.

Занятие по плаванию относится к образовательной области «Физическое развитие», разделу «Физическая культура/плавание» и разработано в соответствии с рабочей программой по физической культуре/плаванию для детей 6-7 лет.

Основной подход в организации детей был – деятельностный.

Удалось побудить детей к предстоящей деятельности с помощью ситуативной беседы. Основной сюжетной линией занятия являлась тренировка по развитию ловкости, соблюдению правил безопасного поведения в бассейне, тем самым не причиняя вред своему здоровью. Поэтому сюжетно-игровой метод способствовал поддержанию мотивации и эмоционального настроя у детей в течение всего образовательного мероприятия.

Словесные методы способствовали более глубокому осмыслению детьми поставленных задач, осознанному выполнению плавательных упражнений, пониманию их содержания, самостоятельному выполнению. На занятии использовался метод строго регламентированного упражнения, который обеспечил точное нормирование нагрузки, по объему и интенсивности. Приемы (пояснения, инструкция, указания, показ, команды, вводная беседа) были направлены на оптимизацию усвоения движений, осознанию двигательных задач, развитие плавательных навыков каждого ребенка. Данные методы и приемы в процессе реализации программного содержания, использовались в совокупности, были эффективны и целесообразны.

Занятие-тренировка состоит из трех частей (вводная, основная, заключительная), которые логически взаимосвязаны, взаимообусловлены между собой и подчинены одной цели. В основной части занятия были представлены разминка «Аквааэробика» и подводящие игровые упражнения, способствующие обучению плаванию способом кроль на груди. Преобладающий основной двигательный режим занятия – круговая тренировка. Использование в занятии фронтального, поточного и индивидуального способов позволило повысить физическую нагрузку и достигнуть, высокой плотности занятия.

Длительность и объем занятия отвечали нормам и требованиям СанПиН (подготовительная к школе группа – 30 минут с учетом гигиенических процедур). Оборудование и программный материал для детей был доступен, т.к. все упражнения детям знакомы, они имеют определенные плавательные навыки, соответствующие возрастным нормам.

Дети на протяжении всей деятельности были активны. Работоспособность и заинтересованность детей в течение всего образовательного мероприятия обеспечивалась за счет таких видов детской деятельности, как двигательная, игровая, коммуникативная, трудовая. Формами организации детской деятельности были физические упражнения, подводящие к плаванию и подвижные игры соревновательного характера.

Основным средством из аппарата оценивания результатов выполнения детьми заданий являлась похвала инструктора по физкультуре, детская самооценка с помощью лайков.

В результате дети получили эмоциональное удовлетворение от радости движений по плаванию через вхождение сюжетно-игровую ситуацию, закрепили двигательно-плавательные навыки.

Технологическая карта

Организационная информация	
Автор занятия (ФИО, должность)	Суедова Юлия Юрьевна, инструктор по физической культуре
Образовательное учреждение	Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение Белоярского района «Детский сад комбинированного вида «Берёзка» г. Белоярский»
Республика/край	Тюменская область, ХМАО - Югра
Город/поселение	Белоярский
Группа/ профиль группы	подготовительная к школе группа общеразвивающей направленности, 6 человек
Продолжительность занятия	25-30 минут
Методическая информация	
Тема занятия	«Пловцы - удалцы»
Тип занятия	Занятие-тренировка
Цель	Совершенствование плавательных навыков: плавание кролем на груди при помощи движений ног, формирование культуры здоровья и основ безопасного поведения в бассейне
Задачи	<p>Образовательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> — формировать устойчивый интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой/плаванию; — продолжать обучать детей принимать безопорное положение на воде (упражнение «Поплавок»); — закрепить скольжение на груди работа ног способом кроль с опорой на плавательную доску и без (упражнение «Стрелочка»); <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> — развивать физические качества через совершенствование основных видов движений (Аквааэробика); — развивать умение ориентироваться под водой с открытыми глазами; — способствовать развитию дыхательной системы; <p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> — воспитывать доброжелательное отношение друг другу; — способствовать проявлению инициативности, самостоятельности, уверенности; — воспитывать физическую культуру.
Методы и приёмы, используемые в ходе занятия	— наглядные (показ способов выполнения упражнений);

		— словесные (игровая мотивация, пояснения, указания, команды, вводная беседа, инструкция); — практические (самостоятельное выполнение упражнений).		
Необходимое оборудование и материалы		нудлы (поролоновые палки) - 6 штук, плавательные доски - 6 штук, тонущие кольца - 12 штук, массажные коврики – 6 штук, флажки-поплавки – 2 штуки.		
Сценарий образовательного мероприятия				
Этапы/метод/ прием	Время, продолжи тельность этапа	Содержание этапа	Дозировка упражнений	Организационно- методические указания
Подготовительная часть – 6 минут				
Гигиенические процедуры		<i>Инструктор по физической культуре (И) приглашает к себе детей после гигиенических процедур (душ).</i>		Дети получили положительный эмоциональный настрой, что выразилось в их приподнятом настроении.
Организационный момент «Приветствие»	30 сек.	И. Равняйся, смирно, вольно! Здравствуйте, ребята! И. Ребята, как можно назвать людей которые умеют хорошо плавать и у них это отлично получается? <i>Ответы детей:</i>		
Вхождение в тему	1 мин.	И. Действительно, их можно назвать «Пловцы - удалцы», «Ловкие пловцы», «Спортсмены». А вы хотите стать такими пловцами? <i>Ответы детей:</i>		
«Проблемная ситуация»	3 мин.	И. Хочу рассказать вам одну история. Вчера смотрела соревнования по плаванию, где один спортсмен получил травму: он подернул ногу, когда бежал за своей наградой, тем самым причинил вред своему здоровью. А как вы думаете, по какой причине произошла травма с этим пловцом? <i>Ответы детей:</i> И. Согласна, он не соблюдал правила безопасного поведения в бассейне и, наверное, не знал их так хорошо как наш юный блогер Маша, которая недавно показывала вам свой новый видео ролик о правилах безопасности в бассейне. Перечислите мне основные правила. <i>Ответы детей:</i>		

Целепологание	30 сек.	<p>И. Действительно, избежать травм и не причинять вред своему здоровью можно только при обязательном соблюдении правил безопасности.</p> <p>А какую пользу для здоровья приносят занятия плаванием.</p> <p><i>Ответу детей:</i></p> <p>И. Вы правы, поэтому, сегодня на занятии по плаванию мы с вами будем продолжать тренироваться выполнять упражнения на дыхание, играть в игры, которые помогают укреплять здоровье, быть смелыми, ловкими пловцами. Но при этом не забывайте соблюдать названные вами правила безопасного поведения, чтобы не причинить вред своему здоровью.</p>		
Упражнения на суше	30 сек.	<p>Прежде чем приступить к тренировке, вспомним технику работы ног способом «Кроль», плавание на груди.</p> <p>И. п. лежа на груди, на гимнастической скамье, хват руками на уровне груди, большой палец сверху скамьи, 4 снизу. Работа ног способом «Кроль», носки оттянуты, работа ног от бедра (как ножницы).</p>		Инструктор обращает внимание на работу ног.
Спуск в воду	30 сек.	<p>И. Направо, друг за другом шагом марш, входим в чашу бассейна. Берем нудлы и встаем в удобное для вас место. Не забываем о правилах безопасного входа воду (<i>повторяет инструкцию</i>).</p>		
Основная часть – 20 минут				
Аквааэробика	8 мин.	<p>И. Начинаем нашу тренировку с разминки для здоровья «Аквааэробика»</p> <p><i>Дети выполняют комплекс упражнений под музыкальное сопровождение.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег с высоким подниманием колен, руки вперед, нудл на поверхности воды. 2. И. п. ноги на ширине стопы, руки согнуты в локтях, нудл прижимаем к груди. <ul style="list-style-type: none"> — 1 - 2 руки вперед, вверх — 2 – 4 руки вперед, к груди. 3. И. п. ноги на ширине стопы, руки в стороны, нудл в 	<p>Повтор 2 раза</p> <p>Чередуется 2 раза</p> <p>8 раз</p>	<p>Стоим лицом к чаше бассейна, держимся за поручни 2 руками, наступаем на каждую ступень, на верхней ступени поворачиваемся спиной к чаше бассейна, выполняем спуск в</p>

		<p>правой руке на поверхности воды, левая рука на поясе.</p> <p>— 1 – наклон вправо положили голову на воду;</p> <p>— 2 – вернуться в и. п., руки через стороны вверх, переложить над головой нудл в левую руку;</p> <p>— 3 – 4 повторить упражнение в левую сторону.</p> <p>4. И. п. ноги на ширине стопы, руки вперед, нудл на поверхности воды.</p> <p>— 1 – 4 повороты влево – вправо, нудл на поверхности воды.</p> <p>5. И. п. основная стойка, руки вперед, нудл на поверхности воды.</p> <p>— 1 – 2 прыжки ноги врозь, руки вверх;</p> <p>— 3 – 4 вернуться в и.п.</p> <p>6. Спокойная ходьба.</p> <p>7. Упражнение на дыхание «У кого больше пузырей».</p>	<p>8 раз</p> <p>8 раз</p> <p>8 раз</p>	<p>воду.</p> <p>Во время выполнения комплекса упражнений «Аквааэробика» следить осанкой.</p> <p>Выполняя упражнение на дыхание, делаем интенсивный вдох через приоткрытый рот и выдыхаем в воду через рот губы трубочкой</p>
Тренировка	12 мин	<p>И. Продолжаем тренировку.</p> <p>Упражнение «Поплавок» помогает нам тренировать дыхание, укрепляет здоровье, развивает умение держаться на воде без опоры.</p> <p>Приступаем к выполнению упражнения по сигналу.</p> <p>И. Усложняем упражнение «Поплавок» с переходом в упражнение в «Звездочка»</p>	<p>4 раза</p> <p>4 раза</p>	<p>Плывать на поверхности с задержкой дыхания, не изменяя положения.</p> <p>Спокойно встать на дно сделать выдох.</p>

		<p>И. Упражнение «Стрелочка». Скольжение на груди. Усложняем упражнение «Стрелочка». Выполняем скольжение на груди, с работой ног способом кроль. Внимание! При выполнении упражнения ноги прямые, работают от бедра (как ножницы)</p>	4 раза	Напоминаю, чем сильнее будет толчок ногой от бортика, тем дальше получится скольжение на груди по воде.
		<p>И. Отличные пловцы - удалцы. Игра-эксперимент: определить, каким способом легче плыть: с опорой на доску или без доски и кто дальше проплывет, не касаясь ногами дна бассейна. Для выполнения этого задания вам необходимо разделиться на две команды, чтобы было равное количество человек в каждой команде. Одна команда выполняет скольжение на груди с помощью плавательной доски, работа ног способом кроль. Вторая команда работает без доски. Упражнение выполняем до конца чаши бассейна, приступаем к упражнению по сигналу. И. Отличные пловцы - удалцы. Какой сделали вы вывод после проведения эксперимента? <i>Ответы детей:</i> И. Отличные пловцы - удалцы. Закончили наш эксперимент. Самое время узнать, результат нашего эксперимента. Так каким же способом вам было легче плыть: с опорой на доску или без доски? <i>Ответы детей:</i> И. А кто дальше проплыл, не касаясь ногами дна бассейна, во время эксперимента? <i>Ответы детей:</i> И. Я полностью с вами согласна, для каждого из вас</p>	2 раза	Ноги должны быть прямые, носки оттянуты, на поверхности воды появляются только пятки. Большой палец находится под доской, остальные пальцы - на доске, руки вытянуты вперед.

		результат эксперименты был индивидуален. А самое главное, вы выполняли все инструкции и соблюдали правила безопасности в бассейне.		
Соревнования «Водолазы»		Наша следующая игра - соревнования «Водолазы» Побеждает тот, кто больше соберет колец со дна бассейна. <i>(соблюдаем правила поведения на воде)</i>	2 раза	Тело максимально расслаблено. Положение тела произвольно.
Релаксация		И. После такой продуктивной тренировки спортсменам, нужно отдохнуть. Упражнение «Лежание на воде» с помощью нудл под музыкальное сопровождение	2 раза	
Заключительная часть – 4 минуты				
Рефлексия	3 мин.	И. Отличная у нас тренировка получилась. Вы справились со всеми заданиями, четко выполняли инструкции, соблюдали правила безопасного поведения на воде, и я по праву могу назвать вас настоящими юными пловцами – удалцами. — Какие упражнения вам помогли стать ловкими пловцами?		Дети кратко формулировали ответы на заданные вопросы.
Вопросы детям				

<p>Организационный выход из воды с перекличкой</p>	<p>1 мин.</p>	<p>— А выполнение этих упражнений причиняло вред вашему здоровью? — А что помогло вам избежать травм? — С помощью лайков и знака вопроса оцените свою работу на занятии. Если вы считаете, что у вас получилось, ставьте лайк. А если кто-то сомневается, ставьте знак вопроса. <i>(дети выполняют самооценку)</i> И. Будьте здоровы!</p>		
--	---------------	--	--	--