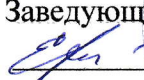
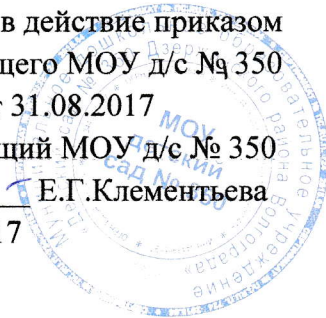


Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №350 Дзержинского района Волгограда»

Введено в действие приказом
заведующего МОУ д/с № 350
№ 103 от 31.08.2017
Заведующий МОУ д/с № 350
 Е.Г.Клементьева
31.08.2017



УТВЕРЖДЕНО
на педсовете МОУ д/с № 350
протокол № 1 от 31.08.2017
Председатель педсовета
 Н.М. Уварова
31.08.2017

ПРОГРАММА
ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ
ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ
С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ (ОНР)

Срок реализации 1 год

Разработчик: инструктор по физкультуре
высшей квалификационной категории
Бальбух Алевтина Валентиновна

Волгоград 2017

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Организационная образовательная деятельность плаванием – один из богатейших источников здоровья детей с ОНР. Плавание способствует оздоровлению, физическому развитию и закаливанию. Свойства воды оказывает на здоровье ребенка термическое (закаливающее), гигиеническое, механическое и физическое воздействие. Плавание благотворно влияет на весь организм в целом. Развивает мышечную систему ребенка. Органы кровообращения ребенка находятся в облегченных условиях деятельности благодаря положению пловца, близкому к горизонтальному. Правильный ритм работы мышц и дыхательных органов также оказывают благоприятное влияние на деятельность сердечно-сосудистой системы. У детей, систематически занимающихся плаванием, развиты дыхательная мускулатура и органы дыхания, наблюдается хорошая согласованность дыхания с движением. При плавании ребенок дышит чистым, лишенным пыли и достаточно увлажненным воздухом. Опорно-двигательный аппарат ребенка находится в стадии формирования и плавание является эффективным укреплением скелета, активно используется как корригирующее (исправляющее дефекты) средство. Большая динамическая работа ног в безопорном положении при плавании оказывает укрепляющее воздействие на формирование детской стопы, помогает предупредить например такое распространенное заболевание как плоскостопие. В результате систематической организованной образовательной деятельности плаванием увеличивается сила и подвижность нервных процессов в коре больших полушарий, повышается пластичность нервной системы ребенка, отчего он становится более уравновешенным, лучше контролирует свое поведение и быстрее приспосабливается к новым видам деятельности в различной обстановке, что особенно важно для детей с ОНР.

Проблема реабилитации таких детей, в том числе и средствами физического воспитания, достаточно актуальна. Физическое воспитание и в частности плавание для детей с ОНР – не только средство укрепления здоровья, повышение двигательной подготовленности, но и мощный фактор коррекции и компенсации нарушенных функций. Что касается организации образовательной деятельности по занятию плаванием, то здесь необходим подбор специальных средств, методов и приемов их применения. Поэтому чем раньше приучить ребенка к воде, научить его плавать, тем полнее скажется положительное воздействие плавания на развитие всего детского организма.

Методики обучения плаванию дошкольников с ОНР в целом построены на общепринятых методиках по плаванию. Есть некоторые установки – например – объяснения должны быть образными и сочетать с показом. Все движения, упражнения – показываем. Устраиваем демонстрацию или даем установку во время их исполнения – корректируем (проговариваем). Движения или задания (команды) должны проговариваться и показываться точно, объяснять надо не долго. Как правило, дети ОНР повторяют движения правильно, т.к. у них очень хорошо зрительское восприятие. Дети ОНР утомляются быстрее не физически а психически. Поэтому при работе с ними применяют приемы, когда дети устают (не слышат задания, теряют координацию движений):

- переходим на шепот;
- медленную ходьбу (вдох-выдох);
- упражнение на потягивание;
- или любое другое простое задание (например – встать в пары и посмотреть друг другу в глаза и т.д.);
- говорим громко, потом тихо, потом – нормально.

Этапы обучения:

- первоначальное разучивание (ознакомление с движением);
- углубленное разучивание;
- совершенствование.

Методика обучения плавания детей дошкольного возраста с ОНР должна опираться на основные дидактические требования педагогики и иметь воспитывающий и развивающий характер с учетом индивидуального подхода. Хрупкость, несформированность детского организма требует тщательного учета способностей, склонностей, а главное – возможностей каждого ребенка с ОНР. Это особенно актуально для детей дошкольного возраста с ОНР, поскольку в данном периоде происходит наиболее интенсивное формирование знаний, умений, навыков.

Методика обучения плаванию делится на несколько этапов.

Первый из них – и один из самых важных заключается в проведении на суше упражнений, имитирующих основные плавательные движения. Это гребковые движения руками с поворотами головы, маховые движения прямыми ногами от бедра, не сгибая коленей, прогибы в позвоночнике в положении лежа и др.

Второй этап – освоение ребенком пребывания в воде и обучение движениям в ней. Ребенок обучается правильному положению тела при скольжении и нырянии, самое трудное на данном этапе – это научить ребенка делать выдох в воду. Овладение навыками выдоха в воду и скольжениями с отталкиванием ногами от бортика бассейна. Проводится обучение движениями ногами при плавании вольным стилем, важно следить за тем, чтобы начинающий пловец не закрывал глаза в воде и смотрел прямо перед собой. Затем начинают обучать движениям рук и дыханию с поворотом головы на вдохе.

Третий этап обучения – полная координация плавательных движений сначала при задержке дыхания, а затем и при согласовании движений с дыханием. Дыхание при плавании имеет свои особенности. Именно совершенствованию таких координированных действий посвящаются последующие занятия обучению плавания.

Совершенствованию навыков плавания помогают игры (игровой метод является одним из основных средств методики воспитания) на воде (например «Поймай меня» - бег в воде, «Лягушка» - прыжки, «Дельфин» - погружение с головой в воду с последующим выскакиванием из нее по пояс, «Спасение животных» - ныряние для доставания игрушечных животных со дна, и многие другие).

Игры для детей с ОНР – это эмоциональная разрядка. Важно четко и правильно излагать и объяснять игру перед ее началом:

- название;
- расположение игроков и их роли;
- ход игры;
- цель игры;
- основные правила.

Соревновательные и игровые методы в дошкольном обучении плаванию у детей с ОНР должны применяться систематически.

Принципы обучения

1. Самый главный принцип «от простого к сложному».

Превращению игровой ситуации в учебную способствует последовательный переход от простого передвижения по дну к разучиванию определенных плавательных движений. Данный принцип – условие освоения ребенком все более сложных приемов плавания, их техники и самостоятельного выполнения упражнений. Чтобы задания выполнялись осознанно, включаем «образ» и ведем речевой контроль через речь (напр. «летаем как птички»). Можно – на сравнении (напр. «у воробья крылья маленькие, а у вороны – большие»). Но точно ребенок повторить движение не может, хотя старается и думает, что делает лучше всех. При этом – идет накопление информации. Здесь важен «обратный оборот» - когда накопленную информацию ребенок выдает нам – становится активным – рассказывает стихи при выполнении упражнения (напр. при выполнении дыхательной гимнастики), учат друг друга, как делать упражнение, выдают, чему научились, могут абстрагироваться, осознают себя как личность.

2. Принцип систематичности.

Занятия должны посещаться детьми регулярно.

3. Принцип доступности.

Корневой основой должен быть русский язык – на основе словарного состава литературного языка.

4. Принцип «открытого обучения».

Открытое обучение не ограничивается строго регламентированными рамками и допускает модификации как по воле инструктора по ФИЗО, так и по воле ребенка. Обучению плаванию должны предшествовать педагогические наблюдения инструктора, поскольку дети своим поведением в воде сами подсказывают, с чего следует начинать. Если ребенок боится брызг – необходимо научить его опускать лицо в воду, боится упасть – научить вставать, боится захлебнуться – научить правильно дышать, пытается поднять со дна игрушку – научить нырять, пытается сделать вдох – научить дышать во время плавания и т.д.

5. Принцип учета ведущей деятельности.

Ребенку хочется купаться и резвиться, инструктору – научить ребенка плавать. Значит, надо превратить некоторые задания и упражнения в игру (особенно в младшем дошкольном возрасте).

6. Принцип дополнения естественного пространства двигательного существования ребенка дидактическим.

Задача инструктора – вовремя заметить пробудившийся интерес к новым упражнениям или возникающую потребность ребенка в решении новых (собственных) задач и организовать дидактический процесс, предлагая, но не навязывая ребенку новые виды заданий.

7. Принцип «от целого к частному».

Техника спортивных способов плавания осваивается в логике: от общих представлений о конкретном способе к разучиванию отдельных движений, которые затем соединяются.

8. Принцип учета возрастных разучиваний и индивидуальных психофизических особенностей детей. Последовательность заданий и вся схема обучения зависит от возрастной категории детей и их индивидуальных различий. Требуется отказа от строгого следования общему алгоритму обучения, импровизации в зависимости от конкретной ситуации. Дети с ОНР характеризуются неустойчивостью внимания, быстрой утомляемостью, поэтому необходимо выстраивать занятия таким образом, чтобы поддержание интереса к происходящему на занятии было мотивировано самим ребенком.

Техника безопасности при работе с детьми ОНР

Отдельное место в плавании детей ОНР занимает техника безопасности. Начинать всегда следует с обеспечения безопасного пребывания ребенка в воде, особое место необходимо уделять технике безопасности. Допуск детей к организованной образовательной деятельности в бассейне только с разрешения врача. Обязательно провести беседу по правилам поведения в бассейне и технике безопасности с группой перед началом организованной образовательной деятельности на воде в присутствии воспитателя и с заполнением журнала по ТБ. Если кто-то из детей отсутствовал, провести с каждым отсутствующим отдельную индивидуальную беседу и отметить ее проведение в журнале. Необходимо для организованной образовательной деятельности с детьми ОНР:

1. Тщательно следить за состоянием места проведения организации образовательной деятельности;
2. Соблюдать строжайшую дисциплину;
3. Вход и выход из воды только по разрешению инструктора;
4. До и после организованной образовательной деятельности – делать переключку;
5. Организованный вход в душевые;
6. Инструктор по плаванию обязан уметь плавать и знать приемы по спасению утопающих.

При выполнении инструктором бесконтактной страховки ребенка с ОНР при начальном обучении широко применяется метод визуального наблюдения, когда инструктор находится в состоянии повышенной готовности для выполнения контактной страховки, иначе говоря, поддержки или удержания ребенка от развития какого-либо опасного положения или процесса качественно негативного изменения условий внутреннего или внешнего взаимодействия. Обязательно – обеспечивается страховка и обучаем самостраховке. Говорим – помогаем им и друг другу (без вмешательства инструктора) – на сравнении – помощь и взаимопомощь – методический прием обучения действием.

Программа рассчитана на детей с нарушениями речи от 6 до 7 лет. В результате обучения по данной программе в течение учебного года ребенок данной группы может:

- опускать лицо в воду и выдыхать;
- передвигаться по дну бассейна различными способами.

Программа представлена в виде 36 посещений бассейна на год обучения с целями и содержанием деятельности. Программа предусматривает обучение детей плаванию через игры и игровые упражнения с подгруппой 8 – 12 детей. Оценка умений проводится через контрольное посещения бассейна, в ходе которого выявляется уровень освоения курса детьми данного возраста.

Тематический план по обучению плаванию для подготовительной группы с ОНР

№	Тема	Количество часов
1	Знакомые упражнения, правила поведения в бассейне	1
2	Работа рук и ног у бортика стилем «кроль»	1
3	Погружения под воду подряд	1
4	Работа ног, плавание на спине	1
5	Плавание на спине с цепочкой	1
6	Плаваем на груди с цепочкой	1
7	Лежим на груди с цепочкой	1

8	Скользим на груди	1
9	Упражняемся в технике плавания	1
10	Скольжение на груди	1
11	Работа ногами стилем «кроль»	1
12	Входим в воду скольжением	1
13	Задерживаем дыхание	1
14	Координация в работе рук и ног	1
15	Держаться на поверхности воды	1
16	Плавание	1
17	На груди с полной координацией	1
18	Отрабатываем навыки плавания	1
19	Скольжение е на спине	1
20	Скольжение и плавание на спине	1
21	Плавание на спине	1
22	Скольжение и плавание на спине	1
23	Отрабатываем технику плавания на груди	1
24	Плавание на груди и спине	1
25	Отрабатываем технику плавания	1
26	Играем и плаваем	1
27	Отрабатываем работу рук, плавая на спине	1
28	Отрабатываем технику плавания	1
29	Скольжение сквозь обруч	1
30	Свободное плавание	2
31	Скольжение сквозь обруч	1
32	Техника плавания	1
33	Итоговая деятельность	1
34	Свободное плавание	2
Итого		36