Организация дополнительного образования в школьном бассейне в соответствии с требованиями ФГОС.

В современных условиях в решении задач модернизации российского образования немаловажная роль отведена дополнительному образованию детей и подростков. Это огромный потенциал для всестороннего развития личности ребёнка, его социального воспитания, так же это большой вклад в подготовку подрастающего поколения к взрослой жизни. Дополнительное образование основано на добровольном, свободном выборе образовательных программ, различных видов деятельности, педагогов, режима и форм занятий. Одним из видов дополнительного образования является плавание в бассейне в соответствии с требованиями ФГОС.

Актуальность:

Плавание является одним из наиболее массовых видов спорта, поскольку это жизненно необходимый навык и уникальный вид физических упражнений, связанный с оздоровительным и закаливающим воздействием на человека водной среды. Особенно это воздействие благоприятно для растущего организма детей и подростков. Следует вспомнить о том, что однажды приобретённый навык плавания сохраняется у человека на всю жизнь.

Цель: разработка методики обучения плаванию и непосредственное обучение плаванию детей.

Задачи:

* Овладение жизненно необходимым навыком плавание и изучение различных техник плавания;
* Укрепление здоровья учащихся, повышение физической и умственной работоспособности, спортивной тренированности;
* Выработка у учащихся положительного интереса к занятиям плаванием;
* Привитие необходимых теоретических знаний в области гигиены, ознакомление с правилами безопасности нахождения на воде;
* Всестороннее развитие и совершенствование физических качеств и поддержание их на высоком уровне;
* Воспитание высоких нравственных качеств: чувство коллективизма, взаимопомощи.

Содержание программы начального обучения плаванию зависит от задач, стоящих перед курсом обучения, контингента занимающихся, их физической подготовленности и возраста, так же от продолжительности курса обучения и условий проведения занятий.

От возраста и физической подготовленности зависят дозировка и нагрузки, методика преподавания, а также быстрота освоения учебного материала. Обучение плаванию детей младшего школьного возраста требует больше времени из-за медленного освоения техники движений и трудностей, связанных с организацией.

Условия для занятий - искусственный водоем, глубина и температура воды, оказывают существенное влияние на подбор упражнений и методику проведения занятий.

Обучение детей плаванию проводится в форме групповых занятий. Такие занятия более эффективны, им присущ элемент соревнования. Детям, которые не умеют плавать, пример товарищей помогает побороть страх и неуверенность в своих силах. На групповых занятиях удобнее проводить воспитательную работу с детьми, используя влияние коллектива и обеспечивая тем самым хорошую успеваемость.

Однако, занимаясь с группой, инструктор должен учитывать индивидуальные особенности каждого ученика как личности, а также его способности к плаванию. В связи с этим методика обучения плаванию строится на сочетании группового и индивидуального подхода к занимающимся.

При обучении плаванию используются 3 основных метода:

1. словесный (рассказ, методические указания, оценка действий);
2. наглядный (показ упражнений и техники плавания, наглядные пособия, жестикуляция);
3. практический (разучивание по частям, затем в целостном виде, игровой и соревновательный метод).

Основной формой организации и проведения занятий по плаванию является групповой урок. Он делится на три части: подготовительную; основную и заключительную.

Подготовительная часть урока (продолжительностью 5—10 мин) включает построение группы, расчет, перекличку, объяснение задач и порядка проведения урока, выполнение комплекса общеразвивающих и специальных физических упражнений, краткое повторение пройденного материала с разбором ошибок и ознакомление с новыми, упражнениями.

Основная часть урока (30—40 мин) направлена на решение главных его задач: освоение с водой, изучение техники плавания, стартов, поворотов, прыжков в воду.

Заключительная часть урока (5—10 мин) строится, таким образом, чтобы постепенно снизить физическую нагрузку и повысить эмоциональность занятия. Поэтому в нее включают игры, эстафеты, развлечения на воде, а также подведение итогов занятия.

Инструктор обязан так организовать занятия в воде, чтобы занимающиеся почти все время находились в движении. Чем больше времени они будут находиться в воде, и чем большее расстояние проплывут в течение занятия, тем успешнее они освоят технику плавания. Особо внимательно нужно относиться к слабо подготовленным детям и в случае необходимости выполнять с ними дополнительные упражнения.

В процессе реализации программы, составленной в соответствии с ФГОС, мы достигаем следующих результатов обучения:

* конгнитивные (знания, умения и навыки, полученные на занятии);
* мотивационные (появление у ребёнка желания заниматься данным видом спорта, достижение высот)
* эмоциональные (удовлетворённость, любознательность, стремление познавать и открывать новое и т.д.)
* коммуникативные (понимание и принятие норм поведения и общения, взаимоуважения и доброжелательности, ответственности и обязательности)
* креативные (поиск нестандартного решения, получение удовлетворения от процесса).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Булгакова Н.Ж. Плавание / М: Физкультура и спорт 1999;

2. Дорошенко И.В. Учись плавать / М. Советский спорт 2009;

3. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровье сберегающих технологий // Начальная школа - 2005. - № 11. - С. 75-78.

4. Никулин А., Никулина Е. Типовая сквозная программа «Юный пловец» 2006;

5. Осокина Т.И. Как научить детей плавать / М: Просвещение 1985;

6. Плавание Сборник / М: Физкультура и спорт 1988;

7. Семенов Ю.А., Протченко Т.А. Обучение плванию дошкольников и младших школьников/ М: Айрис пресс 2010;