**«Игра как средство повышения двигательной активности детей дошкольного возраста при обучении плаванию».**

*инструктор по физической культуре*

*МБДОУ детского сада №16 «Колокольчик»*

*Манукян Наира Карловна*

Для обеспечения нормального физического развития ребенка необходима двигательная активность с первых дней его жизни. Специфика детского возраста создаёт неограниченные условия для закладки возможно большего потенциала моторики. Наиболее оптимальным видом физической активности является плавание.

Роль плавания в укреплении здоровья детей известна всем. Плавание является мощным оздоровительным средством. У детей улучшаются показатели физического развития, возрастают функциональные возможности. Эффективность занятий по плаванию выражается и в корректирующем эффекте, позволяющем исправить дефекты осанки, устранить нарушения в состоянии опорно-двигательного аппарата. Плавание не только оказывает закаливающее воздействие, но и формирует характер, учит преодолевать страх перед водой.

Основные задачи по обучению плавания в ДОУ: укрепление здоровья детей, способствующее их правильному физическому развитию; овладение жизненно необходимыми плавательными навыками; повышение двигательной активности детей; воспитание у детей необходимых морально – волевых и физических качеств. Все эти задачи решаются через проведения игр и игровых упражнений, проведение праздников, досугов на воде.

Используются самые разнообразные формы при обучении плаванию: игровые упражнения, игры – забавы, игры с элементами соревнования, эстафеты, развлечения. Игры подбираются, учитывая возраст, количество детей в воде, а также физическую подготовленность. Игры в воде используются с первых занятий, когда дети знакомятся с водной средой. Играя, младшие дошкольники безболезненно привыкают преодолевать чувство неуверенности и страха, быстро адаптируются в воде, привыкают смело входить и погружаться в нее. С старшими дошкольниками, когда дети уже освоили технику плавания, используются игры для повторения, закрепления и совершенствования отдельных движений, способов плавания. Игры подбираются так, чтобы они были понятны, доступны и интересны детям любой возрастной группы.

При обучении дошкольников плаванию используются различные пособия, изображения животных и птиц, карточки – схемы, игровой материал, нестандартное оборудование, инвентарь. Это позволяет сделать занятие интереснее, варьировать игры, придумывать новые. Имея достаточное количество инвентаря, можно придумывать несколько вариантов одной игры или усложнить ее. Для новичков, осваивающих водную среду, проводятся игры, содержащие простые задания: «поймай воду», «догони мяч», «принеси игрушку», «надуй шарик», «подуем на чай».

На этапе подготовительных упражнений обучения плаванию для некоторых детей одним из трудных моментов является упражнение «погружение». Чтобы решить данную проблему, учитывая возраст ребенка, имеется несколько вариантов игр на тему «погружение»: «Кто хочет зайти в гости к уточке?», «Спрячемся под воду», «Оса», «Хоровод» и т.д. Освоив упражнение «погружение», дети осваивают упражнение «всплывание». Все игры, помогающие освоить данное упражнение, имеют элемент «всплывания». Например, «Чей мяч лучше?», «Подари утке мяч» и т.д.

Хорошо организованная игра позволяет детям быть все время в движении. Дети, умеющие передвигаться в воде, на всех этапах обучения и совершенствования охотно играют в сюжетные игры, в игры с мячом, в игры, содержащие соревновательные элементы.

Очень важно придерживаться основных правил игр с детьми. Первое правило – превратить в игру все задания и упражнения, выполняемые как на суше, так и на воде. Второе правило – не принуждать. Важно, чтобы обстановка способствовала правильному процессу игры, повышению двигательной активности, развитию детского творчества, хорошему усвоению правил, товарищескому поведению в игре, проявлению своих индивидуальных способностей.

Литература:

1. Канидова В.И. Занятия по плаванию в условиях дошкольного образовательного учреждения. М., изд-во АРКТИ, 2012.

2. Воронова Е.К. Программа обучения детей плаванию в детском саду. СПб Детство-пресс, 2010.

3. Чеменева А.А. Столмакова Т.В. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. СПб Детство-Пре