

3. Лях, В.И. Координационные способности школьников / В.И. Лях. – Минск: Полымя, 1998. – 159 с.

4. Мукина Е.Ю., Развитие двигательных координационных способностей у младших школьников специальных медицинских групп [Текст]: дис. ... канд. пед. наук/ Мукина Е.Ю. – Тамбов, 2007. – 163 с.

**Овчинникова Л.В.**

Российский государственный профессионально-педагогический университет,  
Екатеринбург, Россия

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА ПРИ ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ**

*Аннотация.* В статье рассмотрена возможность использования элементов игровых видов спорта при обучении плаванию дошкольников. Игры с мячом имеют и познавательное значение, содействуют повышению эмоционального состояния занимающихся, помогают им преодолевать чувство страха, боязни и неуверенности в своих силах

*Ключевые слова:* водное поло, двигательная активность, укрепление здоровья.

**Ovchinnikova L.V.**

Russian State professional and pedagogical University,  
Ekaterinburg, Russia

## **USING THE MEMBERS OF THE TEAM SPORTS OF SWIMMING TRAINING OF SENIOR PRESCHOOL CHILDREN**

*Annotation.* The article discusses the possibility of using elements of team sports in teaching swimming preschoolers. Ball games and have cognitive value, contribute to increasing emotional state involved, helping out to alleviate feelings of fear, fear and insecurity in their abilities

*Keywords:* water polo, physical activity, health promotion.

Дошкольный возраст в развитии ребёнка является периодом, когда закладывается фундамент его здоровья, физического развития, а также культура движений. Плавательная подготовленность имеет большое значение в развитии культуры движений подрастающего поколения. Однако в настоящее время остаётся неудовлетворительной. Всё ещё более 20% несчастных случаев на воде приходится на долю детей в возрасте до 14 лет. Среди детей 10-12 лет не умеют плавать более 40%, а среди младших школьников до 90% (Госкомстат России, М. 2004). Отсюда важное значение массового обучения, плаванию детей начиная с дошкольного возраста.

Начальному обучению плаванию детей дошкольного возраста посвящены работы Н.А. Бутович, Н.Ж. Булгаковой, Т.И. Осокиной, и др.

Как отмечают Лесгафт П.Ф., Матвеев А.П., Запорожец А.В. регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма, совершенствование механизма его терморегуляции, улучшения адаптации детей к непривычной для них водной среде.

В медико-физиологическом аспекте плавание влияет на укрепление функциональных систем детского организма: сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательной, и нервной системе.

В психологическом аспекте – формировании произвольной регуляции движений и действий.

В педагогическом – это не только обучение дошкольника сложным организованным действиям, но и способ становления навыков саморегуляции.

Дошкольный возраст является возрастом наиболее стремительного физического, психологического развития ребёнка. Особенностью этого периода, отличающей его от других, является то, что он обеспечивает именно общее развитие ребёнка, а также развитие качеств и элементарных навыков для последующего освоения двигательных действий, необходимых ему в течение всей последующей жизни.

В работе с дошкольниками обязателен индивидуальный подход. Это связано в первую очередь с тем, что детский организм в этом возрасте еще хрупкий, несформировавшийся, что требует тщательного учета способностей, склонностей, а главное – физических возможностей каждого ребенка. Только при строгом учете пола и возраста, уровня физического развития и здоровья ребенка, его подверженности простудным заболеваниям, степени освоения с водой и адаптации к изменениям температурных условий, индивидуальных реакций на физические нагрузки можно подобрать наиболее оптимальные методы обучения плаванию дошкольников [1].

Наш опыт тренерской деятельности показывает, что на занятиях с детьми 5-7 лет необходимо использовать игры в воде с элементами спортивных игр: баскетбол, волейбола, водного поло. Игры имеют оздоровительное значение, содействуют укреплению всего организма, закаливанию и предупреждению простудных заболеваний. В процессе игр занимающиеся выполняют достаточно интенсивную физическую работу, однако, вследствие высокой эмоциональности увлечения игрой легко переносят большие нагрузки [2].

Игры имеют и познавательное значение: в процессе игры ребенок может познать совершенно новые ощущения и, прежде всего, привыкнуть к воде, усвоить тот или иной элемент техники плавания. Педагогические наблюдения показывают, что обстановка в которой проходит игра, содействует повышению эмоционального состояния занимающихся, помогает им преодолевать чувство страха, боязни и неуверенности в своих силах

У детей, занимающихся игровыми видами, вырабатывается командный дух, когда один за всех и все за одного. Ребенок с детства привыкает к общению в коллективе, к дисциплине и не только игровой, но и в быту. Вырабатывается характер бойца, который готов постоять не только за себя, но и за более слабого товарища, ну, и, конечно, формируется стремление к победе!

Наши педагогические наблюдения и исследования эмоционально-эфферентной сферы детей показали, что обстановка в которой проходит игра, содействует повышению эмоционального состояния занимающихся, помогает им преодолевать чувство страха, боязни и неуверенности в своих силах.

#### *Литература*

1. Овчинникова Л.В. Игры на воде, как педагогическая необходимость преодоления страха при обучении плаванию / Л.В. Овчинникова // Сб. материалов III Всероссийской научно-практической конференции «Валеопедагогические аспекты здоровьесформирования в образовательных учреждениях: состояние, проблемы, перспективы» г. Екатеринбург, 2006. – стр. 105-107.

2. Штихерт К.-Х. «Спортивное плавание (перевод с немецкого)» / К.-Х. Штихерт М., «Физкультура и спорт», 1973. –151с.

**Олейников А., Ольховская Е.Б.**

Российский государственный профессионально-педагогический университет,  
Екатеринбург, Россия

### **СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ПСИХИЧЕСКОГО И СОЦИАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ**

*Аннотация.* Изучены возможности физкультурно-спортивной деятельности школьников в укреплении психического и социального здоровья. Выявлено влияние занятий спортивными играми на формирование коммуникативности и эмоциональной устойчивости.

*Ключевые слова:* здоровье, физкультурно-оздоровительная деятельность, спортивные игры, коммуникативность, эмоциональная устойчивость.

**Oleinikov A., Olkhovskaya E.B.,**

Russian State professional and pedagogical University,  
Ekaterinburg, Russia

### **SPORTS GAMES AS A MEANS OF ENHANCING MENTAL AND SOCIAL HEALTH OF SCHOOLCHILDREN**

*Abstract.* Studied possibilities of physical training and sports activities for schoolchildren in strengthening mental and social health. Influence of sports games on the formation of connectivity and emotional stability.

*Keywords:* health, physical training and sports activities, sports games, communicative, emotional stability.