

ограниченными возможностями приоритеты адаптивной физической культуры, которые им необходимы для того, чтобы органично интегрироваться в общество.

1. Гащенко, Л. А. Концептуализация понятия «физическая социализация» / Л. А. Гащенко // Веснік ВДУ. – 2009. – № 2. – С. 18.

2. Гащенко, Л. А. Физическое образование – неотъемлемая составляющая гражданско-патриотической социализации учащейся молодежи / Л. А. Гащенко, О. В. Валько // Идеологические аспекты военной безопасности. – 2017. – № 2. – С. 57–64.

3. Теория и организация адаптивной физической культуры: учеб.: в 2 т. / под общ. ред. проф. С. П. Евсева // Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры. – М.: Советский спорт, 2002. – Т. 1. – С. 31–32.

УДК 796.2+797.2+373.016:796

*Ван Хаочэнь,
Логвина Т.Ю.*

Белорусский государственный университет физической культуры
Республика Беларусь, Минск

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВОЙ МЕТОД ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Wang H.,
Lohvina T.Yu.*

Belarusian State University of Physical Culture
Republic of Belarus, Minsk

OUTDOOR GAMES AND GAME METHOD IN TEACHING SWIMMING OF PRESCHOOL CHILDREN

ABSTRACT. The article presents the features of organization and content of games on the water, a game method of teaching swimming of preschool children.

KEYWORDS: children of preschool age; swimming training; outdoor games.

АННОТАЦИЯ. В статье представлены особенности организации и содержания игр на воде, игровой метод обучения плаванию детей дошкольного возраста.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: дети дошкольного возраста; обучение плаванию; подвижные игры.

В исследовании изучали основные средства и методы обучения плаванию, особенности применения игрового метода на занятиях детьми дошкольного возраста. Выяснили, что игра представляет собой основной вид деятельности детей дошкольного возраста, который состоит из двигательных действий, прямо или косвенно отражающих явления окружающей его действительности, труд и быт людей, движения животных и птиц, а также направленный на всестороннюю общую и специальную физическую подготовку. В игровой деятельности создаются благоприятные условия

для реализации потребности в движении, общении, тренировке памяти и мыслительных процессов, способности проявлять чувства, сопереживать и радоваться, осмысливать происходящее, сопоставлять ситуации, оценивать свои действия, расширять двигательный опыт. В процессе игры решаются образовательные, воспитательные и двигательные задачи. В зависимости от вида деятельности и нагрузок на начальном этапе обучения плаванию применяют познавательные, подвижные и спортивные игры.

Игры на воде считают эффективным средством обучения плаванию, способом преодоления боязни воды, они способствуют освоению двигательных действий в непривычной среде, позволяют научиться держаться на воде, открывать глаза в воде, погружаться в воду с головой, подныривать, выполнять гребковые движения руками и ногами, скользить по поверхности воды. Во время игры происходит многократное повторение предметного материала в его различных сочетаниях и формах. Двигательные умения, приобретаемые детьми во время игры, помогают при последующем, более углубленном изучении осваивать технику плавательных движений. Участие детей в игре повышает эмоциональное состояние, общую работоспособность, совершенствует плавательные умения в меняющихся игровых условиях, комплексно совершенствует физические качества (силу, ловкость, быстроту, выносливость и др.) и формирует личностные качества, такие как: активность, самостоятельность, инициативность, дисциплинированность, умение действовать в команде и др. Игры в воде проводятся индивидуальным и групповым методом. Подвижные игры в воде классифицируются по следующим признакам: с учетом возраста; степени подвижности; содержания (сюжетные, бессюжетные), с элементами соревнования, командные. В соответствии с педагогическими задачами игры на воде могут быть направлены на: 1) ознакомление со свойствами воды; 2) освоение элементов техники плавания (обучение погружению и всплытию; умению лежать на воде и передвигаться в ней); 3) обучение дыханию и согласованию дыхания с движением; 4) повышение физической подготовленности; 5) освоение простых прыжков в воду и т. п.

Трудности в организации игр в воде связаны с особенностями водной среды. Долгие простои без движений могут навредить здоровью детей. От переохлаждения и неуверенности в своих силах ребенок быстро теряет концентрацию и внимание, поэтому необходимо, чтобы игры были хорошо знакомы детям или уже проиграны в комфортных для них условиях, а это требует дополнительного времени или занятий в зале, что не всегда осуществимо. При проведении игр важно соблюдать следующие правила: 1) четко рассказать содержание и правила игры, выбрать ведущего, разделить играющих на равные по силам команды; 2) в игре должны участвовать все занимающиеся, находящиеся в воде; 3) в игру включают упражнения и движения, которые выполняются всеми; 4) если вода прохладная, игра должна быть активной; 5) необходимо следить за выполнением правил; 6) игру нужно остановить, если возникает необходимость сделать замечание кому-либо из играющих; 7) после окончания игры нужно объявить результаты, обратить внимание на взаимную помощь и действия в интересах команды.

Игры, проводимые в процессе обучения плаванию, делятся на: игры-соревнования (просты и не требуют предварительного объяснения, игры на преодоление сопротивления воды, с погружением в воду, нырянием, прыжками в воду, открыванием глаз

в воде, со скольжением и плаванием); вторую группу составляют игры сюжетного характера (основной учебный материал, их начинают включать в занятия после того, как дети освоились с водой, научились передвигаться и уверенно чувствуют себя в новой воде), в некоторых играх играющих разделяют на соревнующиеся группы. Если сюжетная игра имеет сложные правила, ее предварительно объясняют, а иногда проигрывают на суше. К третьей группе относятся командные игры, где играющие объединяются в равные по силам команды. Такие игры требуют проявления самостоятельности, волевых усилий, умения управлять собой и т. п.

Игровой метод на занятиях плаванием характеризуется эмоциональностью, соперничеством в рамках правил игры, вариативным применением полученных умений в игровых условиях, умением проявлять инициативу и принимать самостоятельные решения, комплексным совершенствованием физических и личностных качеств. Проведение игр на воде требует соблюдения ряда методических требований, среди которых: безопасность; соответствие уровню плавательной подготовленности детей; систематичность с постепенным усложнением правил и элементов игры в зависимости от возраста и подготовленности детей; в игровой деятельности должен осуществляться постоянный контроль над эмоциональностью, продолжительностью, реакцией организма на физическую и психологическую нагрузку, должна быть обеспечена методическая связь между упражнениями во время занятия и включенными в него играми.

Игровой метод в процессе обучения детей плаванию имеет ряд отличительных особенностей, среди которых организация игровой деятельности в соответствии с сюжетом («золотая рыбка», «в гостях у водяного», «праздник нептона»). Игровая двигательная деятельность детей организуется в соответствии с образами героев и сценарием. В процессе игровой деятельности могут возникать непредсказуемые игровые ситуации, позволяющие детям сделать собственный выбор для принятия игрового действия и достижения цели игры. Игровая деятельность в процессе обучения плаванию имеет комплексный характер, позволяющий проявлять самостоятельность, инициативу, смелость, находчивость, сообразительность и др. Игровой метод учит детей творчески решать двигательные задачи в условиях постоянного и внезапного изменения игровых ситуаций.

В ряде игр воспроизводятся межличностные и межгрупповые отношения, которые определяются по типу сотрудничества между игроками одной команды, и соперничества между «противниками» в парных и командных играх, когда сталкиваются интересы, возникают и разрешаются игровые задачи, что создает высокий эмоциональный накал и содействует яркому проявлению личностных качеств. Возможность достижения игровой цели различными способами, изменение игровых ситуаций, динамичность, эмоциональность взаимодействий – исключают возможность точно регулировать физическую нагрузку по величине и направленности действия. Игровой метод не позволяет вполне строго предусмотреть заранее как состав действий, так и степень их влияния на организм занимающихся. В подвижных играх определяется общая линия действий с помощью сюжета, правил и тактического плана игры, в определенной мере регулируется нагрузка по времени игры с помощью игрового инвентаря, ограничением игрового пространства и другими косвенными путями.

Игровой метод применяют для комплексного совершенствования двигательной деятельности в усложненных условиях. Он позволяет совершенствовать физические качества (ловкость, быстроту), двигательные способности (ориентация в пространстве, точность выполнения двигательных действий, согласованность движений) и личностные качества (находчивость, самостоятельность, инициативность) и др. Методика проведения подвижных игр определяется целями и задачами, направленными на всестороннее воспитание и гармоничное развитие детей.

В процессе обучения плаванию руководитель физического воспитания воспитывает у детей смелость, настойчивость, дисциплинированность, выдержку, целеустремленность, умение взаимодействовать и др., формирует жизненно важные двигательные умения, способствует гармоничному физическому развитию, определяет выбор игры конкретными задачами и условиями проведения для детей с учетом возраста, плавательных способностей.

На этапе начального обучения плаванию особое место занимают игры, проводимые в воде для освоения водной среды, они проводятся в неглубоком месте бассейна и содержат простые задачи. В содержание игр входят упражнения, позволяющие освоиться с водой, преодолеть водобоязнь, научиться погружаться в воду («карлики и великаны» – по сигналу «карлики» дети садятся в воду; передвигаться по дну – «за мячом в воду» – достают мяч в воде из разных положений; всплывать и лежать на воде – «поплавок» – удержание положения группировки, лежа на животе, лицо в воде; выполнять выдох в воду – «кто дольше» – задержка дыхания на вдохе; открывать глаза в воде («найди шайбу» – доставание предметов со дна бассейна; скользить по воде («стрела» – кто дальше проплывет после отталкивания без движения рук и ног; выпрыгивать из воды – «дельфины» – последовательное подныривание в обруч и над обручем; нырять – «гонка мячей» – передача мяча назад в наклоне под ногами сзади стоящему в колонне, при этом надо опустить голову в воду и сделать выдох; «бег в парах с нудлами» – преодоление дистанции с партнером, держась за нудл; переступание через нудл, перепрыгивание через нудл в воде и т. п.

Другие игры применяются для закрепления и совершенствования плавательных движений, развития физических качеств, закрепления техники видов плавания, ныряния, передвижения под водой и др. («водолазы» – доставание предметов со дна бассейна, «парное плавание» – проплывание дистанции на груди, один из партнеров работает руками, другой – ногами, «рыбаки и рыбки» – игроки, изображающие сеть, передвигаются по дну, взявшись за руки, стараются поймать рыбку, рыбка может нырнуть, сеть не может разорваться; баскетбол на воде – попадание в плавательный круг мячом из разных положений; бадминтон и волейбол в воде – могут проводиться как без сетки, так и с сеткой, командами или парами).

В содержание игр и эстафет, проводимых на глубине по грудь и более, включается проплывание отрезков: с помощью ног без помощи рук; с помощью рук без помощи ног; с наименьшим количеством гребков; с доской в руках и доской, удерживаемой двумя ногами; со способами ныряния и подныривания, с мячом, с элементами фигурного плавания.

Использование игровых технологий повышает интерес детей к занятиям плаванием, облегчает обучение, а значит, является актуальным и эффективным в дошкольном образовании.

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учеб. для ин-тов физ. культуры / Л. П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
2. Малахов, С. В. Индивидуализация обучения плаванию детей 4–5 лет на основе метода полифункционального показа / С. В. Малахов. – Минск: Бестпринт, 2017. – 144 с.
3. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит: пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь: ИД Белый ветер, 2003. – 172 с.

УДК 371.711

Ващенко С.В.

Белорусский государственный университет физической культуры
Республика Беларусь, Минск

ДИНАМИКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ УЧРЕЖДЕНИЙ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ Г. НОВОПОЛОЦКА

Vashchanka S.V.

Belarusian State University of Physical Culture
Republic of Belarus, Minsk

DYNAMICS OF THE STATE OF HEALTH OF PUPILS OF THE GENERAL SECONDARY EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS OF NOVOPOLOTSK CITY

ABSTRACT. The article is devoted to investigation of the dynamics of the state of health of pupils of the general secondary educational establishments in the period 2013–2017. It is shown that the negative trend in change of the state of health of pupils both in age, and in temporary aspect is traced.

KEYWORDS: health; pupils; health groups; pathology.

АННОТАЦИЯ. Статья посвящена изучению динамики состояния здоровья учащихся учреждений общего среднего образования за период с 2013 по 2017 гг. Показано, что прослеживается негативная тенденция в изменении состояния здоровья учащихся как в возрастном, так и во временном аспекте.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: здоровье; учащиеся; группы здоровья; патология.

Ведение. Неудовлетворительные показатели состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в учебных заведениях, являются актуальной проблемой современности. Многочисленными исследованиями [1–4] подтверждается общая тенденция снижения потенциала здоровья подрастающего поколения. Так, согласно данным официальной статистики Республики Беларусь [5], численность полностью здоровых учащихся учреждений общего среднего образования в среднем не превышает 15 % и снижается до 7 % в старших классах.

В сложившихся условиях динамическое слежение за показателями здоровья в городах Республики Беларусь является особенно актуальным с точки зрения своев-