

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ
ДЕТСКИЙ САД «ЗОЛОТАЯ РЫБКА»

630501, НОВОСИБИРСКАЯ ОБЛАСТЬ, НОВОСИБИРСКИЙ РАЙОН,
РАБОЧИЙ ПОСЕЛОК КРАСНООБСК, 117
ИНН 5433953210, КПП 543301001



ПРОЕКТ
по фигурному плаванию в детском саду
«Плавательный балет»

Автор проекта:

Гончукова Любовь Владимировна
инструктор по физической культуре

тел. +7 (383) 204 96 02 , e-mail: zolotayaribka@edunor.ru

Заведующий МБДОУ-детский сад «Золотая рыбка»

Бадулина Светлана Алексеевна

п.Краснообск 2024 г

Содержание

- Цель проекта
- Краткая аннотация к проекту
- Физкультурно-оздоровительная работа
- Задачи по использованию проекта по обучению плаванию детей 6-7 лет.
- Прогнозируемый результат
- Материально-технические условия
- Сроки реализации проекта
- Поэтапное планирование занятий по плаванию
- Диагностика умений и навыков детей в плавании
- Обучение детей плаванию в группе по фигурному плаванию
- Организация и методика работы в группе по фигурному плаванию
- Цель работы группы по фигурному плаванию
- Итоги работы (повторная диагностика)
- Ожидаемые конечные результаты
- Задачи на будущее

1. Цель проекта - укрепление и оздоровление организма детей дошкольного возраста, посещающих группу по фигурному плаванию, повышение их коммуникативных способностей.

Особенность данного проекта - на начальном этапе было выявлено, что адаптация детей проходит намного быстрее, если обучение плаванию, начинается с погружения детей под воду (доставание предметов со дна), а не с упражнений на дыхание, как предлагает в своей программе Осокина Т.И.

2.Краткая аннотация к проекту

«Здоровье детей-главное достояние нации, критерий духовного, политического и социально-экономического развития общества», именно поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком аспекте.

Что же такое здоровье?! В «Толковом словаре русского языка» С.И.Ожегова даётся следующая трактовка этого понятия: «Здоровье-это правильная, нормальная деятельность организма». В Уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье-не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полноценное физическое, психическое и социальное благополучие. «Здоровье является важнейшим интегральным показателем, окружающим биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счёте-отношение государства к проблемам материнства и детства».

Формирование здорового поколения — одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов: Законами РФ «Об образовании», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Указом Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ», «Конвенцией о правах ребёнка» и т. д.

Для создания *необходимых условий достижения нового современного качества общего образования* планируется:

....провести оптимизацию учебной, психологической и физической нагрузки и создать в общеобразовательных учреждениях условия для сохранения и укрепления здоровья детей, в том числе за счёт:

- повышения удельного веса и качества занятий физической культурой;
- организации мониторинга состояния здоровья детей;
- улучшения организации питания в образовательных учреждениях.

Согласно исследованиям специалистов, 60% болезней взрослых закладываются в детстве. Если 25 лет назад рождалось 20-25% ослабленных детей, то сейчас число «физиологически незрелых» новорожденных утроилось. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырёх раз(данные Т.Я.Чертюк, З.С.Макаровой, М.Н.Беловой, Б.Н.Капустян и др.) Причём ослабление здоровья подрастающего поколения может в геометрической прогрессии угрожать здоровью последующих поколений, так как у больных родителей будут постоянно рождаться больные дети, которые в свою очередь будут давать ослабленное потомство.

Сравнительный анализ выявил неблагоприятную тенденцию показателей здоровья детей за последние 10 лет. Количество дошкольников с хронической

патологией увеличилось в два раза (с 11,8 до 21,3-26,9%), а детей, не имеющих отклонений в состоянии здоровья, снизилось до 5-6% (данные НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НЦЭД РАМН). В настоящее время 50% детей дошкольного возраста имеют функциональные отклонения, ведущими среди которых являются нарушения опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения, аллергические проявления. Каждый третий ребенок имеет сниженную остроту зрения. Только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми.

По статистике, каждый четвёртый больничный лист выдаётся по уходу за больным ребёнком.

Таким образом, детская заболеваемость сказывается не только на состоянии здоровья ребёнка, но и наносит значительный ущерб трудовым ресурсам страны.

3. Физкультурно-оздоровительная работа

Поэтому в МБДОУ д/с «Золотая рыбка» была организована физкультурно-оздоровительная работа с целью развития не только двигательных умений, навыков и физических качеств, но и положительного отношения к здоровому образу жизни через занятия плаванием.

Детский сад №14 «Чебурашка» обеспечивает комплексное использование всех средств физического воспитания, а это соответствует успешному решению поставленных задач и выполнению Госстандарта.

Вся работа по физическому воспитанию детей в МБДОУ д/с №14 «Чебурашка» строится с учётом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

В процессе физкультурно-оздоровительной работы с детьми предусматривается систематический медико-педагогический контроль. На основании анализа комплексных результатов наблюдений за детьми в процессе определенного времени, даются рекомендации педагогам и родителям по проведению следующего этапа физкультурно-оздоровительной работы. Именно это и определяет алгоритм последовательности организационно-методических мероприятий определенного содержания, обеспечивающих воспитание здорового ребёнка.

В соответствии с этим в МБДОУ д/с №14 «Чебурашка» физкультурно-оздоровительная работа строится на двух основаниях:

- планировании, направленном на усвоение детьми определенного содержания программы, и
- своеобразной педагогической импровизации, по средствам которой варьируются содержание, формы и методы в каждой конкретной ситуации взаимодействия с ребёнком.

Чрезвычайно важно, что комплектование подгрупп детей для занятий по плаванию не носит статического характера: каждый ребёнок имеет потенциальную возможность перейти в другую подгруппу на основании динамики его развития и смены интересов. В нашем саду обязанностью инструктора по плаванию является постоянное *наблюдение* за каждым ребёнком во время подгрупповых занятий, *анализ* его достижений и проблем, на основе которых состав групп может быть пересмотрен. Что же касается детей, то они, в соответствии с собственными предпочтениями и склонностями, могут осуществить свой личный выбор.

Занятия плаванием по проекту «фигурное плавание», как преемственному продолжению обучению плаванию, даёт огромный оздоровительный эффект и коммуникативные навыки общения, развивает творческую фантазию дошкольников.

Выполнение упражнений в воде с задержкой дыхания развивает лёгкие, а выполнение «рисунков» одновременно, в «связке» с несколькими детьми приучают их к согласованности действий в коллективе, умение подчинять свои интересы и желания общему делу. Дошкольники учатся не только плавать, но и создавать в воде свои «рисунки».

4.Задачи по использованию проекта по обучению плаванию детей 6-7 лет.

(дети начали заниматься в бассейне с 4-летнего возраста, поэтому имели определенные умения и навыки)

Приведем наиболее насущные задачи, решение которых необходимо в целях разностороннего развития детей.

- 1.Использование занятий по плаванию в системе физкультурно-оздоровительной работы с детьми.
- 2.Разработка нетрадиционных форм и методов проведения занятий по плаванию.
- 3.Разработка и опробование технологии занятий в кружке «Фигурное плавание».
- 4.Утверждение позитивного влияния данной методической разработки на развитие ребенка в контексте сохранения и укрепления здоровья малышей и подготовки к школе.

Для этого использовались следующие методы:

- анализ педагогической и психической литературы по данному вопросу;
- анкетирование и интервьюирование педагогов и родителей;
- медицинские и скрининговые методики диагностики;
- социально-педагогическое и психолого-педагогическое проектирование.

5.Прогнозируемый результат:

- снижение заболеваемости у детей и укрепление их организма;
- сформированное эмоциональное отношение ребенка к занятиям в группе по фигурному плаванию.

6.Материально-технические условия

Эффективность работы по раскрытию творческой уникальности каждого ребёнка способствуют хорошие *материально-технические условия*, к которым относятся специальные помещения: бассейн, музыкальный зал, физкультурный и тренажерный залы, где дети могут проявить свои двигательные способности.

Финансовые расходы на проект производятся за счёт средств муниципалитета.

7.Сроки реализации проекта

Сроки реализации - программа рассчитана на 4 года. Данный проект входит в вариативную часть, которую формирует образовательное учреждение. Он предусмотрен для детей старших и подготовительных групп.

8.Поэтапное планирование занятий по плаванию

Начальный этап обучению плаванию.

Первый год обучения.

На занятиях по плаванию во 2 младшей группе, мы включаем игры с игрушками, игры для ходьбы, бега и прыжков, игры для доставания игрушек со дна, для погружения в воду с открытыми глазами. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность,

организованность, умение использовать приобретенные навыки.

Все игры направлены не только для ознакомления со свойствами воды и для преодоления боязни воды, но и для её освоения (лежание, всплывание, погружение).

Второй год обучения.

Средняя группа

На занятиях в кружке по плаванию, мы включаем игры с игрушками, игры для ходьбы, бега и прыжков, игры для доставания игрушек со дна, для погружения в воду с открытыми глазами, игры на скольжение, игры для выполнения упражнения «поплавок» и «морская звезда». В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность, умение использовать приобретенные навыки. Все игры направлены не только для ознакомления со свойствами воды, но и для обучения навыкам плавания (лежание всплывание, погружение, скольжение).

Основной этап обучения плаванию.

Третий год обучения.

Старшая группа

Упражнения в воде и игры выполняются без поддержки взрослого. На занятиях мы включаем игры с игрушками, игры для ходьбы, бега и прыжков, игры для доставания игрушек со дна, для погружения в воду с открытыми глазами, игры на скольжение, игры для выполнения упражнения «поплавок» и «морская звезда». В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность, умение использовать приобретенные навыки. Все игры направлены не только для ознакомления со свойствами воды, но и для совершенствования навыков плавания, полученных в течение 2 лет (лежание, всплывание, скольжение, плавание).

Заключительный этап обучения плаванию.

Четвёртый год обучения.

Подготовительная группа

Если ребенок продолжает занятия, перейдя из старшей группы в подготовительную группу, то порядок проведения остается прежним. На занятиях в группе по фигурному плаванию, для совершенствования приобретённых навыков мы используем игры с игрушками, игры для ходьбы, бега и прыжков, игры для доставания игрушек со дна, игры для погружения в воду с открытыми глазами. Игры на скольжение, игры для выполнения упражнения «поплавок» и «морская звезда», а также игры с элементами плавания на груди и спине которые используются для закрепления приобретённых навыков и умений. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность, умение использовать приобретенные навыки. Все игры направлены для закрепления навыков плавания, полученные в течение 3 лет (лежание, всплывание, скольжение, плавание). Разучиваются термины для занятий в группе по фигурному плаванию. Разучиваются «рисунки на воде».

Цикл занятий включает в себя:

для младшего возраста 34 занятия, для среднего возраста 34 занятия, для старшего возраста 34 занятия и 34 занятия для подготовительной группы (занятия проводятся 2 раза в неделю).

Форма проведения занятий.

На занятиях в группе по фигурному плаванию, дети делятся на две подгруппы по 6 - 8 человек. Комплектуя группы для занятий в группах, надо обязательно учитывать физическую подготовленность детей.

Продолжительность занятия во 2 младшей группе 15 минут, в средней группе 20 минут, в старшей группе 25 минут, в подготовительной группе 30 минут., в группе по фигурному плаванию 30 мин.

Структура проведения занятий.

- подготовительная часть (построение, передвижения, ОРУ на суше и в воде);
- основная часть (выполнение «рисунков на воде» элементами плавания);
- заключительная часть (игры на внимание).

9. Диагностика умений и навыков детей в плавании.

В начале учебного года была проведена диагностика навыков детей по четырём методикам.

Первая методика. Исследование продолжительности задержки дыхания у детей старшего дошкольного возраста. Исследование проводилось с каждым ребёнком индивидуально совместно с медицинским работником. Детям предлагалось набрать воздух, задержать дыхание и опуститься под воду в позе «попловка». При помощи секундомера фиксировалось время, которое ребёнок проводил под водой. Затем результаты подсчитывались. Каждому значению присваивалось определённое количество баллов (1 балл=1 секунда). На основании полученных данных были установлены уровни развития продолжительности задержки дыхания у детей 6- 7 лет (на примере 9 человек, которые затем занимались в группе «фигурное плавание»).

В процентном соотношении результаты диагностики выглядят так:

- высокий уровень: 50(4 ребёнка)
- средний уровень: 30(3 ребёнка)
- низкий уровень: 20(2 ребёнка)

Анализируя полученные данные, можно констатировать, что в начале года только у четырёх детей время задержки дыхания было максимальным(высокий уровень).

Вторая методика. Исследование - «Быстрая черепаха».

Данная методика была выбрана с целью исследования уровня коммуникативности и умения сотрудничать при выполнении одного действия.

Детям предлагалась большая надувная игрушка « черепаха», с которой надо было проплыть от одного бортика бассейна до другого, толкая её всем вместе руками перед собой. Внимание детей обращалось на то, что чем дружнее и согласованнее они будут действовать, не ссорясь и помогая друг другу, тем быстрее они «помогут черепахе доплыть».

Уровни развития коммуникативности:

- высокий уровень-все действовали сообща
- средний уровень-не более двух (из 9 человек) «рассогласованных» детей

- низкий уровень-более двух «рассогласованных» детей

Высокий уровень коммуникативности только у 30% детей, самый высокий процент-средний уровень коммуникативности.

Третья методика. Изучение уровня интереса у детей старшего дошкольного возраста к занятиям «синхронным» плаванием (к выполнению «рисунков на воде»). Для этого фиксировались эмоциональные реакции у детей (методом наблюдения) в процессе занятий в группе по фигурному плаванию и обычных групповых занятиях плаванием.

Показатели изучения уровня интереса у детей:

- преобладание положительных эмоций- 95%
- учебно-игровая мотивация- 80%
- высокая заинтересованность- 100%
- умение работать в группе- 95%

Четвёртая методика. Выяснение отношения родителей к занятиям детей. Опрос был проведен в 18 семьях при помощи анкеты, разработанной психологом сада.

ВОПРОСЫ

- 1.Считаете ли Вы плавание уделом особо способных людей?
- 2.Считаете ли Вы обучение ребёнка плаванию в дошкольном возрасте необходимым?
- 3.Считаете ли Вы, что лучше обучать ребёнка плаванию в профессиональных секциях районного бассейна, чем в МБДОУ?
- 4.Нужно ли синхронное плавание дошкольнику?
- 5.Считаете ли Вы, что синхронное плавание-это дополнительное, эмоциональное напряжение?
- 6.Нужно ли оценивать полученные навыки?
- 7.Хотели бы Вы заниматься вместе с ребёнком?

После обработки заполненных родителями анкет были получены следующее данные:

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Кол-во отвечающих, в %	5чел.- 50	9чел.- 100	0чел.- 0	9чел.- 100	2чел.- 80	0чел.- 0	7чел.- 70

После проведения диагностики были сделаны следующие выводы:

- в системе работы по плаванию необходимо использовать нетрадиционные формы и методы
- занятия в группе по фигурному плаванию могут решить многие задачи разностороннего развития детей.

10. Обучение детей плаванию в группе по фигурному плаванию.

Для занятий в группе по фигурному плаванию необходимы определенные навыки по плаванию. Большое значение в этом плане придается общей физической подготовке детей (ОФП), которая является необходимым звеном спортивной тренировки пловца. Решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья и гармоничное физическое развитие пловца;

- развитие и совершенствование силы, гибкости, быстроты, выносливости и ловкости;
- расширение круга двигательных навыков и повышение функциональных возможностей организма.

Упражнения, выполняемые в воде, были включены в раздел ОФП, который получил название общей плавательной подготовки (ОПП).

Средствами ОПП решаются все основные задачи ОФП, но в специфических условиях водной среды. Кроме того, многочисленные упражнения позволили улучшить физическое развитие пловцов, способствовали уменьшению и ликвидации физических недостатков (искривлению позвоночника, слабая подвижность в суставах, недостаточное развитие мускулатуры и др.), закаливали организм детей, прививали им необходимые гигиенические навыки.

Освоению простых, но необходимых движений в воде помогали игры и забавы:

Цапли. Дети, войдя по колени, ходят, высоко поднимая ноги.

Дровосек в воде. Дети (6-7 чел.), стоя в кругу в воде по колени, расставляют ноги на ширине плеч, складывают руки в «замок», поднимают их над головой, затем резко наклоняются вперед- «разрубают воду».

Покажи пятки. На мелком месте дети опираются руками о дно, выпрямляются и вытягивают ноги назад так, чтобы на поверхности воды были видны пятки.

Катание на круге. Ребёнок надевает на себя надувной резиновый круг или садится на него и катается, подгребая руками как веслами.

Большое значение необходимо придавать обучению детей медленному выдоху в воду, скольжению на груди и движениям ног.

Вначале детей обучают делать выдох в воду около бассейна, сдвигать маленький кусочек бумаги с ладони. Только после этого переходят к упражнениям в воде. Ребёнок. Находясь в воде на глубине по пояс, располагает губы на уровне поверхности воды и дует на нее как на горячий чай. Затем опускает губы в воду и дует из воды. Далее погружается в воду ниже уровня глаз и проделывает то же самок. Как усложнение в работе над дыханием детям предлагается дуть на теннисный шарик, продвигая его до противоположного бортика бассейна (можно использовать и кораблик).

После этого детей обучают скольжению по воде. Для этого сначала на суше дети имитируют положение теле в воде: поднимают руки вверх и встают на носки, голову держат между руками, смотрят прямо, подтягиваются так, чтобы быть прямым «как стрела».

Скольжение в воде проводится следующим образом. Ребёнок входит в воду по пояс лицом к берегу, далее присаживается и вытягивает руки вперед. Оттолкнувшись от дна двумя ногами, скользит по воде. Для уменьшения удельного веса тела в воде, а тем самым облегчения скольжения, на первом этапе обучения детям предлагается до отталкивания и скольжения сделать глубокий вдох. При систематических занятиях они быстро осваивают динамическую и статическую подъёмную силу воды, начинают чувствовать «опору на воду».

Упражнения на овладение движениями ног также сначала проводились на полу спортивного зала, а затем лёжа в воде на мелком месте. В положении лёжа в воде (на спине или животе) ребёнок опирается руками о дно и двигает ногами вверх-вниз, при этом ступни вспенивают воду. Колени при выполнении этого упражнения не должны сильно сгибаться (такие движения ногами подготавливают ребёнка к плаванию кролем).

В дальнейшем разученные движения закрепляются в играх и забавах: детям предлагается ходить в воде, помогая себе гребками правой и левой рукой, либо на

мелком месте, лежа в воде, поочередно опираться правой и левой руками и таким образом продвигаться вперёд (ноги при этом должны осуществлять движения вверх-вниз).

Работа ногами закрепляется в игре «Фонтан», в которой 3-4 играющих входят в воду на мелкое место и держась за руки, образуют круг. Затем они опускают руки, садятся на дно, опираясь сзади руками, и вытягивают ноги. По сигналу взрослого все одновременно начинают бить прямыми ногами по воде, поднимая фонтан брызг.

Следующий этап в обучении плаванию связан с овладением способностью правильно двигать ногами при скольжении как на груди, так и на спине. Для этого вначале используется резиновый круг или пенопластовая доска. Круг или доску ребёнок держит вытянутыми руками. Энергично отталкиваясь ногами от стенки бассейна или дна, дети скользят в вытянутом положении. Движения ногами вверх-вниз во время первых упражнений начинаются лишь в конце скольжения. Проплываемое расстояние увеличивается на протяжении всего цикла обучения.

По мере освоения навыкам скольжения с доской или кругом дети обучаются правильно дышать при плавании: выдыхать в воду, а при вдохе приподнимать голову лишь настолько, чтобы рот оказался над водой.

В процессе обучения детей плаванию применяю следующие игры.

Буря в воде. Участники игры располагаются в колонну по одному в определённом месте бассейна. По команде «Начинается буря!» все разбегаются в разные стороны (убегают от волн), а по команде «Буря утихла!» занимают исходное положение.

Насос. Играющие встают парами и берутся за руки. По сигналу они начинают попеременные приседания, погружаясь в воду с головой и делая выдох. Запрещается сходить со своего места, мешать друг другу. Продолжительность игры не более 2 мин.

Нырание за игрушками. На дне лежат игрушки. Ныральщики имеют задание достать их со дна. Когда все игрушки найдены, ведётся подсчёт. Побеждает тот, кто поднял со дна большее количество игрушек.

Скольжение на дальность. После прыжка со старта соревнующийся старается проскользить по воде как можно дальше. Запрещается любая помощь в продвижении вперёд. Лицо остаётся в воде. Измеряют расстояние от стартовой стенки до кончиков пальцев при выныривании лица. При равном расстоянии решает время.

Перечислим основные игры которые используются в группе по фигурному плаванию.

«Звезда». Ребёнку предлагается глубоко вдохнуть и лечь на воду с разведенными руками и ногами.

«Торпеда». В воде двое детей берутся за руки, стоя лицом друг к другу (ноги согнуты в коленях, с опорой о ступни). По сигналу оба опускают руки и, одновременно оттолкнувшись ногами, скользят по поверхности воды на спинах.

11. Организация и методика работы в группе по фигурному плаванию.

Для проведения занятий по фигурному плаванию предъявляются высокие требования к координационным способностям занимающихся, равновесию, ориентированию в пространстве, поэтому к занятиям в группе переходят только тогда, когда дети имеют уже определённые навыки.

Фигурное плавание представляет собой различные комплексы движений, составленные из элементов хореографии с использованием акробатических и гимнастических комбинаций для построения различных фигур в воде.

На занятия дети приходят по собственному желанию, как правило, у них уже есть определённые навыки и умения в плавании: они свободно держаться на воде, без боязни и страха передвигаются по бассейну, длительное время могут находиться под водой.

Занятия проводятся один раз в неделю, длительностью 30 мин. За учебный год было проведено 28 занятий.

12. Цель работы группы по фигурному плаванию: объединить все вышеперечисленные навыки детей одним общим, красивым рисунком на воде.

Так, небольшая группа (из 6-8 чел.) в течение 15-20 сек., под мелодическую, спокойную музыку звучащую во время выполнения упражнения, находится в одной цепочке друг с другом, где движение одного может оказать влияние на успех или неудачу всей группы. Ребята понимают это хорошо и каждый чувствует ответственность за свои действия: «Не сделаю я, не получится у всех!». Это все организует ребят, дисциплинирует, вызывает желание помочь товарищу в освоении того или иного элемента.

Следует подчеркнуть, что музыкальное сопровождение — существенная сторона красочного выступления детей на воде. Оно повышает выразительность двигательных действий в воде, способствует согласованию движений коллектива.

Музыка дисциплинирует занимающихся, повышает их внимание и работоспособность. В воде не возможно быстро передвигаться, поэтому музыка звучит плавная, мелодичная по темпу, что дает возможность детям непринужденно и свободно строить рисунки на воде.

Рисунки на воде сначала составляются очень простые, возникающие почти стихийно. Например, дети в самостоятельном плавании объединяются по два, три человека и составляют себе движения, демонстрируя не только знакомые элементы, но и придуманные самостоятельно, выражая таким образом свои замыслы и фантазии («Держи товарища», «Длинная цепь» и др.) Набор элементов не многообразен: «звезда на спине», «звезда на груди», «поплавок» и всевозможные скольжения.

Чтобы придумать рисунку четкую линию выполнения, бассейн можно дооборудовать поручнями по всему периметру. Кроме того, чтобы рисунок смотрелся красочно, все дети должны иметь одинаковую форму (резиновые купальные шапочки, плавки и купальники).

Для поддержания интереса у детей к «рисункам на воде» используются дополнительные элементы. Схематично зарисовываем наши упражнения, рассматриваем их и определяем каждому свое место во время выполнения рисунка; решаем, каким образом, будет осуществляться переход от одного рисунка к другому, каким способом удобнее закрепиться.

Все рисунки получают своё название, чаще всего по схожести с чем-то, поэтому язык и терминология понятны только детям, занимающимся в этой группе.

Например термин **«цепь»:** «длинная цепь», «смешанная цепь», «цепь у бортика», «центральная цепь», «цепь с обручами», «цепь с мячами» - одного термина достаточно, чтобы дети определили, где выполняется упражнение, из каких элементов состоит, какие дополнительные пособия должны быть в руках и т. д.

Чтобы в целом рисунок выглядел красочно, применяются чаще всего яркие, крупные дополнительные пособия. Делаются они из подручного материала («лилии», «кувшинки»), на воде смотрятся живыми, неординарными и вызывают положительные эмоции у детей и взрослых. Эти упражнения включались в сценарии и праздники на воде, в Дни открытых дверей, проходящие в МБДОУ, которые с большим интересом посещают родители.

В МБДОУ д/с №14 «Чебурашка» в рамках пропаганды вопросов оздоровления детей и благоприятного влияния занятий в группе по фигурному плаванию, на развитие жизненно важных физических качеств организуется периодический выпуск стенгазеты, где фотоснимки освещают выступление этой группы. Сильное впечатление на родителей производит то, что на фотографии видно, какой элемент выполняет их ребёнок в общей композиции того или иного рисунка.

Вовлеченность детей в жизнь группы по фигурному плаванию оказывает у ребят положительное влияние на развитие детского организма, вызывает у детей ощущение радости. Кроме того, данная нетрадиционная форма работы развивает ритмичность движений у детей, воспитывает уверенность в себе и возможность быть с водой на «ты».

13. Итоги работы (повторная диагностика)

В конце учебного года проводится повторная диагностика для установления динамики развития детей. Сделаны следующие выводы.

Первая методика. Исследования продолжительности задержки дыхания у детей старшего возраста. По полученным данным можно констатировать, что после проведенной работы почти у всех детей время задержки дыхания максимально увеличилось до показателя 23-25 (высокий уровень).

В процентном соотношении это можно представить следующим образом:

- высокий уровень: 100 (вся группа)
- средний уровень: 0
- низкий уровень 0.

Вторая методика. Исследование «быстрая черепаха». Сравнительные показатели коммуникативности у детей после проведения занятий.

- высокий уровень: 90
- низкий уровень: 0.

Таким образом, можно доказать высокую динамику повышения согласованности движений и желаний детей прийти на помощь друг другу.

Третья методика. Изучение уровня интереса у детей старшего дошкольного возраста к занятиям «синхронным» плаванием (к выполнению «рисунков на воде») - диагностическое исследование. Для этого фиксировались эмоциональные реакции детей методом наблюдения в процессе занятий в группе по фигурному плаванию и на обычных занятиях плаванием.

Преобладание положительных эмоций	Учебно-игровая мотивация	Высокая заинтересованность	Умение работать в группе
100	95	100	95

В результате проведенной работы установлено, что у детей:

- улучшились показатели жизненной емкости легких
- окрепла скелетная мускулатура детского организма
- повысился интерес к занятиям
- улучшились умения двигаться синхронно, подстраиваясь под общий ритм
- медицинскими работниками отмечено снижение роста заболеваний у тех детей, которые занимаются не один раз в неделю, а два (группа по фигурному плаванию как еще одно дополнительное занятие)

• Ожидаемые конечные результаты

В процессе проведенной работы было выявлено большое влияние занятий на повышение уровня коммуникативных навыков у детей старшего дошкольного возраста.

Данный проект оказал положительное воздействие и на эмоциональное развитие детей: снизилась конфликтность, агрессия, повысилась доброжелательность.

Родители при посещении открытых занятий и праздников на воде отметили высокий уровень навыков, полученных детьми в студии.

Таким образом, нам удалось подтвердить гипотезу, что в физкультурно-оздоровительной работе в МБДОУ использовать нетрадиционные формы и методы (занятия в группе по фигурному плаванию), можно не только стимулировать улучшение здоровья детей, но и сформировать интерес к физической культуре и здоровому образу жизни, повысить коммуникативность в межличностном общении.