

Развитие творческих способностей у детей 5–7 лет через обучение элементам синхронного плавания

*Щербинина Татьяна Леонидовна,
инструктор по физической культуре (плавание)
высшей квалификационной категории
МАДОУ города Нижневартовска ДС № 37
«Дружная семейка»*

Наше время – время перемен. Способность преодолевать запутанные жизненные коллизии, умение находить новые, нестандартные, решения проблем – эти важные качества стали весьма актуальными в условиях современного мира.

К решению проблем необходимо подходить с разных точек зрения, творчески. Развитие творческой способности должно стать одним из важных звеньев современного образования.

Творчество – форма активности самостоятельной деятельности, приводящая к созданию нового.

Под **творческой деятельностью** следует понимать такую деятельность человека, в результате которой создается нечто новое, будь это предмет внешнего мира, или построение мышления, приводящее к новым знаниям о мире, или чувство, отражающее новое отношение к действительности.

Творческие способности – это индивидуальные особенности, качества человека, которые определяют успешность выполнения им творческой деятельности различного рода.

Ориентация современной педагогики на гуманизацию образования, развивающее обучение, личностно-ориентированный подход предполагают создание условий для становления личности ребенка, его способностей, интересов, творческого самовыражения в разных видах деятельности. Выявление и реализация творческого потенциала каждого дошкольника является одним из приоритетных направлений современной педагогики.

Развитие детского творчества – сложная и актуальная проблема. Современный подход к ее изучению характеризуется стремлением к поиску эффективных путей личностного становления в условиях интеграции, взаимосвязи разных видов деятельности детей, таких как плавание, музыка, познавательная среда. Методика обучения дошкольников плаванию в минимальной степени предусматривает развитие их творческой сферы. Дети используют полученные навыки в том виде, в каком они преподнесены педагогом.

Существующая программа «Обучение детей дошкольного возраста плаванию» недостаточно решает поставленные задачи по воспитанию здоровой, творчески развитой личности ребенка.

Поэтому в своей работе использую обучение элементам синхронного плавания как средство развития творческих способностей детей.

Синхронное плавание – один из видов спорта, включающий в себя элементы художественной гимнастики, хореографии и плавания, развивающий гибкость, формирующий правильную осанку. Так как синхронное плавание сложно для дошкольников, использую только его элементы.

Синхронное плавание – это сочетание плавания и танца.

Опираясь на методические рекомендации «Обучение плаванию в детском саду» Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой, Т.Л. Богоиной, «Ритмическая мозаика» программы по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста» А.И. Бурениной, разработала программу секции «**Русалочки**» по обучению старших дошкольников элементам синхронного плавания.

В комплексе ритмических упражнений швейцарский педагог Э. Далькроз выделял как основу именно музыку, поскольку в ней имеется идеальный образец организованного движения: музыка регулирует движение и дает четкие представления о соотношении между временем, пространством и движением.

Занятия по синхронному плаванию развивают правильное дыхание, воспитывают чувство красоты и ритма движений, детского коллективизма, умение слушать и понимать музыку, органично сочетает силу и грацию движений, открывает удивительные возможности совершенствования физической и эстетической культуры человека. Синхронное плавание достаточно сложно для дошкольников, поэтому используются только его элементы.

При подготовке композиций у детей развивается двигательное воображение. Дошкольники самостоятельно придумывают упражнения с предметами и без них, выбирают движения, с помощью которых могут выразить услышанную мелодию или имитировать движения животных (тюлень, утка, лягушка и т.д.), рост цветка (поднимает бутон, распускается и т.д.). Иногда в процессе занятий дети придумывают целые связки новых упражнений. Для красоты и оригинальности самостоятельно группируются в пары, тройки; увлекаются выполнением разнообразных упражнений, несмотря на их сложность.

Для достижения результатов в синхронном плавании необходимо развивать плавательные навыки. Поэтому использование данной методики рекомендуется для детей старшего дошкольного возраста. Отрабатываемые на занятиях элементы синхронного плавания делают минимальными усилия педагога, способствуют раскрытию индивидуальных способностей. Для украшения и усложнения композиций берем в помощники разные предметы, на первый взгляд не связанные с плаванием: цветы, обручи и т.д.; эти атрибуты дают ребенку возможность проявить себя.

Цель программы: развитие способностей у детей старшего дошкольного возраста, используя средства синхронного плавания, способствуя укреплению физического и психического здоровья, формируя здоровый образ жизни.

В связи с взаимообусловленностью музыки и движения, а также целями секции вытекают следующие задачи:

А. Развитие музыкальности:

- Развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, ее содержание;
- развитие музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- развитие музыкальной памяти.

Б. Развитие двигательных качеств и умений:

- Развитие ловкости, точности, координации движений;
- Развитие гибкости и пластичности;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве (самостоятельно находить свободное место в бассейне, перестраиваться в круг, становиться друг за другом);
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;
- совершенствование плавательных умений и навыков.

В. Развитие творческого воображения и фантазии:

- Развитие способности к импровизации в движении.

Г. Развитие психических процессов:

- Развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов (умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом формой музыкального произведения по фразам);
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

Д. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- Воспитание умения сопереживать другим людям и животным (радоваться успеху других детей и переживать, если кто-то упал или уронил предмет во время движения);

- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

При обучении элементам синхронного плавания руководствуюсь следующими принципами:

- Предварительная подготовка на суше до занятий в воде.
- Изучение простейших движений в воде – плавание на груди, спине, дельфином и брассом.
- Особое внимание уделяется упражнениям в скольжении, которые способствуют освоению равновесия в воде (сохранению горизонтального положения тела).
- Поэтапное освоение элементов синхронного плавания.

Упражнения соответствуют физическим возможностям детей. От этого зависит успешность обучения. Ощущение недоступности задания подавляет инициативу детей и снижает их интерес к занятиям.

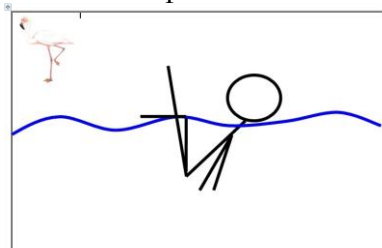
Занятия провожу 1 раз в неделю, продолжительностью 30 минут (5 минут разминка на суше, 10 минут обучение плаванию, 10 минут – обучение, закрепление элементов синхронного плавания и 5 минут – свободное плавание). Вода доходит до уровня груди.

Обучение элементам синхронного плавания

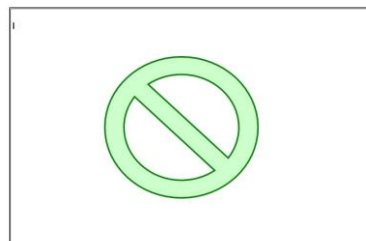
На занятия включаю следующие элементы синхронного плавания:

1. Разные виды группировок:

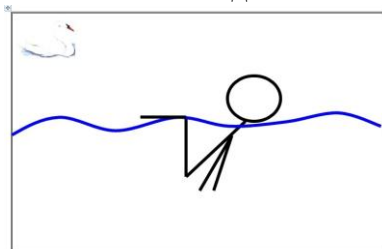
- фламинго



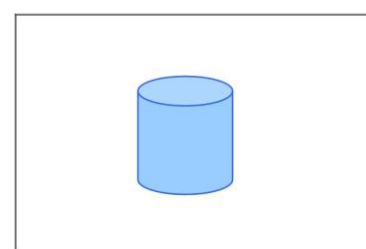
- поплавок



- лебедь



- бочонок

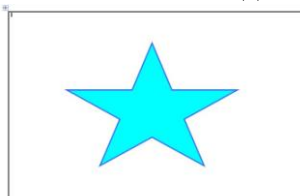


2. гребковые движения рук:

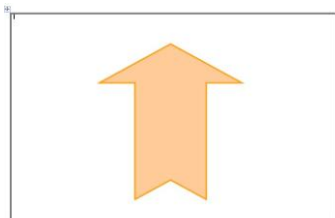
- неподвижный – плоский в позиции на спине;
- пропеллер – стандартный за головой в позиции на спине;
- обратный пропеллер – обратный за головой в позиции на спине

3. основные позиции:

- звезда на груди и на спине



- струнка на груди и на спине

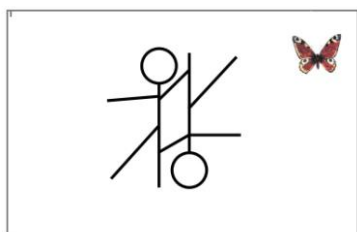


4. основные движения:

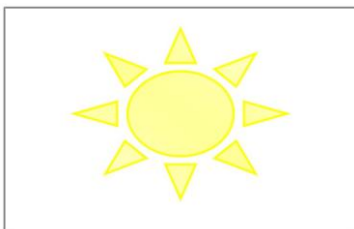
- круг – движение тела по окружности;
- оборот – вращательное движение вокруг поперечной оси тела;
- поворот – вращение тела вокруг оси;
- винт – медленный поворот вокруг продольной оси.

5. упражнения

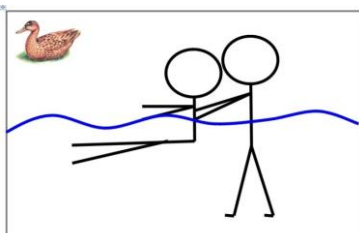
Бабочка



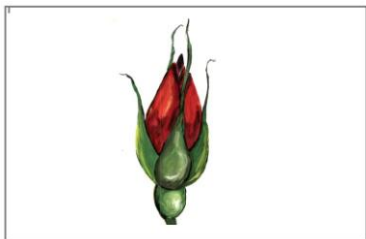
Солнышко



Уточка



Бутон



Цветок



Водоросли



С точки зрения доступности для движения музыкальные произведения выбираю:

- небольшие по объему (3-4 минуты);
- удобными по темпу в воде (умеренно-быстрые или умеренно-медленные и разнообразные по темпу, т.е. с ускорениями и замедлениями);
- музыкальный образ, характер, настроение музыкального произведения понятны детям.

Разнообразие музыкальных жанров и стилей развивает кругозор детей, воспитывает у них интерес к музыкальному искусству, выявляет индивидуальные предпочтения к музыке, формирует художественный вкус.

В процессе освоения нового материала методы и приемы работы направлены на то, чтобы:

- максимально сконцентрировать внимание детей;
- вызвать интерес к новой композиции;
- активизировать детей с учетом индивидуальных способностей.

Освоение танца детьми происходит примерно в течение 3-4 недель. При этом ставлю задачу абсолютно точного и синхронного исполнения движений.

Последовательность разучивания танца в течение месяца:

1 неделя	Прослушивание мелодии, обсуждение темпа, характера, движений. Разучивание танцевальных движений на суше
2 неделя	Разучивание танцевальных движений в воде
3 неделя	Закрепление движений в воде, обучение синхронности в выполнении движений
4 неделя	Синхронное выполнение танца

Обучение танцам на воде позволяет раскрыть творческие способности каждого ребенка, дает право участвовать в процессе создания танца.

Каждый ребенок от рождения наделен огромным потенциалом, который при благоприятных условиях эффективно развивается и дает возможность ребенку достигать больших высот в своем развитии. Чем раньше ребенок воспримет гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, особенно в таком виде деятельности, как движение под музыку, тем более гармоничным, естественным и успешным будет дальнейшее развитие ребенка и, возможно, меньше будет проблем у наших детей с развитием речи, внимания, памяти, формирования красивой осанки.

ЛИТЕРАТУРА

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. СПб.: 1997. 220с.
2. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду: Книга для воспитателей детского сада и родителей. – М.: Просвещение, 1991. 159с.