

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЭЛЕМЕНТАМ СПОРТИВНОЙ ИГРЫ ВОДНОЕ ПОЛО

К.П. Путилова

УО «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»

Введение. Огромное значение в формировании жизненно необходимых двигательных умений и навыков, развитии двигательных способностей дошкольников играют спортивные игры, способствующие развитию не только физических, но также нравственных, морально-волевых и интеллектуальных качеств личности [1].

Такие спортивные игры, как баскетбол, футбол, хоккей, теннис, бадминтон, городки включены в базовый компонент содержания учебной программы дошкольного образования направления «Физическое развитие» в образовательной области «Физическая культура».

Содержание учебной программы дошкольного образования направлено на обеспечение гармоничного физического развития детей и предусматривает формирование культуры здоровья, физической культуры ребенка, а также способствует формированию избирательного интереса к определённым видам спорта. Раздел «Элементы спортивных игр» является одним из разделов программного компонента образовательной области «Физическая культура»

для воспитанников старшей группы (5–6 лет и 6–7 лет). Кроме того, «знакомство воспитанников с видами спорта (футбол, хоккей, баскетбол, настольный теннис), движениями из видов спорта, их сравнение и сопоставление» включено в содержание образовательной услуги сверх базового компонента «Детский фитнес» для воспитанников средней группы [2].

В научных исследованиях Э.И. Адашквичене, В.Г. Шпака, М.Н. Борисовой, Л.Д. Глазыриной и др. рассматриваются вопросы обучения дошкольников элементам одной спортивной игры или нескольких игр. Изучая данные исследования, мы пришли к выводу, что в методике обучения детей элементам разных спортивных игр есть много общих моментов, связанных с теоретическими основами формирования двигательных действий, структурой процесса обучения и особенностями его этапов. Вместе с тем, есть и существенные отличия, связанные со спецификой содержания спортивной игры.

Цель исследования: рассмотреть основы методики обучения детей дошкольного возраста элементам спортивной игры водное поло.

Материалы и методы исследования. Методы исследования – анализ и обобщение педагогической литературы по проблеме теории и методики обучения двигательным действиям (Л.П. Матвеев, В.С. Кузнецов, Ж.К. Холодов и др.) [3]; методики обучения детей дошкольного возраста элементам спортивных игр (Э.И. Адашквичене, В.Г. Шпак, М.Н. Борисова, Л.Д. Глазырина) [4]. В теории игры различают два вида подвижных игр: собственно подвижные игры (элементарные) и спортивные (более сложные). Спортивные игры предусматривают освоение детьми элементов их техники (видов движений, входящих в состав той или иной игры) и тактики (ведение спортивной борьбы в процессе специфической соревновательной деятельности). Организация исследования была направлена на определение общих для спортивных игр теоретических основ обучения (задачи, методы, этапы) и на выявление специфики использования средств обучения конкретной игре водное поло на каждом этапе.

Включение в физкультурные занятия для детей старшего дошкольного возраста элементов спортивных игр способствует решению комплекса оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

Направлением *оздоровительных задач* является совершенствование функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма, укрепление опорно-двигательного аппарата (в первую очередь мышц кистей, рук, плечевого пояса, спины), повышение функциональных возможностей сенсорных систем (зрительной, вестибулярной, слуховой и др.), удовлетворение биологической потребности в движении.

Образовательные задачи способствуют расширению двигательного опыта ребёнка в упражнениях с мячом, повышению уровня физической подготовленности за счёт воспитания физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости) и совершенствования двигательных способностей (координационных, скоростно-силовых), формированию доступных представлений о водном поло как олимпийском виде спорта.

Воспитательные задачи содействуют воспитанию положительных морально-волевых качеств, формированию дружеских взаимоотношений в коллективе, развитию устойчивого интереса к водному поло и потребности им заниматься не только в организованной, но и в самостоятельной двигательной деятельности, а в будущем посещать спортивную секцию водного поло.

Водное поло – это спортивная игра, которая для эффективной соревновательной деятельности требует соответствующей физической, технической и тактической подготовки игроков. Набор детей в спортивные секции водного поло начинается с 10 лет. В работе с воспитанниками дошкольного возраста важно уметь адаптировать отдельные игровые и соревновательные элементы водного поло к их функциональным, физическим и психологическим возможностям. Эмоциональность в соперничестве, динамичность и разнообразие действий в игровых ситуациях привлекают детей 5–7 лет к освоению элементов водного поло, охватывающих элементы техники (виды движений) и тактики (игровые действия в процессе специфической соревновательной деятельности).

При обучении воспитанников 5–7 лет элементам игры в водное поло используется ватерпольный или любой другой мяч (диаметр 18–23 см).

В соответствии с положениями теории и методики физического воспитания методы обучения элементам спортивных игр делятся на две группы: общепедагогические (наглядные, словесные) и специфические (методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный). Обучение детей дошкольного возраста элементам спортивных игр подчиняется общепринятой структуре обучения двигательным действиям и базируется на трех взаимосвязанных этапах.

1. Этап начального разучивания элементов игры водное поло предполагает формирование у детей смысловых и зрительных представлений о водном поло как о спортивной игре. В качестве средств обучения используются подготовительные и подводящие упражнения с элементами данной игры. Последовательность обучения: – формирование представления об игре (беседы и показ тематических иллюстраций, фото- и видеоматериалов, ватерпольного оборудования и др.);

– освоение упражнений, подводящих к обучению основным элементам игры водное поло (бросок мяча вверх и ловля его двумя руками; перебрасывание мяча друг другу в парах; ходьба с подбрасыванием мяча и ловля его двумя руками и др.);

– разучивание простых технических приёмов (передача по кругу; броски мяча двумя руками от груди о стенку и его ловля; передача мяча друг другу от груди, стоя на месте; передача мяча в шеренге, колонне, по кругу и др.);

– формирование чувства мяча (выработка определённых умений обращения с мячом, понимание его свойств, дифференцирование мышечных усилий).

На данном этапе особое внимание уделяют пониманию воспитанниками того, что дальность броска зависит от веса мяча и усилия, приложенного к нему. Детей обучают захвату мяча, уделяя особое внимание ловле. В данном случае помогают следующие, понятные для воспитанников, правила: ловить кистями рук; не прижимать мяч к груди; не стоять на месте, а двигаться навстречу летящему мячу.

Необходимо обучить детей «встречать» мяч руками как можно раньше, образуя из пальцев рук «шар», в который должен поместиться мяч. В этот период активно применяются разнообразные упражнения и подвижные игры с мячом.

2. Этап углубленного разучивания элементов игры предусматривает освоение воспитанниками элементов техники специальных упражнений игры водное поло. Последовательность обучения:

- упражнения с мячом или без него (остановки и повороты с перемещением по бассейну, передача, ловля мяча и др.);
- владение мячом (захват правой или левой рукой с последующей передачей другому игроку; ведение мяча правой и левой рукой; в движении и с изменением скорости и направления движения и др.);
- броски мяча в ворота (одной рукой с места, бросок мяча в ворота после ведения и др.).

Одним из наиболее сложных элементов игры водное поло является владение мячом. При обучении воспитанников следует передвигаться на слегка согнутых ногах, наклоня туловище вперёд. При этом рука, ведущая мяч, согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами кладётся на мяч сверху. Техника владения мячом отрабатывается как на суше, так и в воде. Абсолютное сосредоточение на отработке основного броска происходит до тех пор, пока дошкольник не научится ловить и бросать мяч без помощи второй руки.

Правильная передача мяча в водном поло имеет значение не только как элемент игры, но и как условие, определяющее успешную командную игру. При передаче мяч должен описать небольшую дугу по траектории вперёд-вверх. Мяч нужно посылать активным движением кисти, одновременно разгибая ноги. Это достаточно сложный элемент, требующий определённого понимания воспитанниками. Существует несколько простых правил передачи мяча, которые способствуют скорейшему усвоению этого элемента игры:

- необходимо бросать мяч на уровне груди;
- сопровождать мяч взглядом и рукой.

Особый эмоциональный отклик у детей вызывает обучение забрасыванию мяча в ворота. Технически правильный бросок выполняется подготовленными воспитанниками одной рукой от плеча. Далее может применяться передача мяча от взрослого с последующим забрасыванием в ворота. Расстояние постепенно увеличивается от 1 до 1,5 метров. Правила точного броска в ворота, понятные для детей:

- необходимо принять правильное исходное положение (стойка ноги врозь, слегка согнутые в коленях, мяч в согнутых руках на груди, локти опущены вниз);
- выполнять бросок в ворота, одновременно разгибая ноги и руки;
- заканчивать бросок движением кистей рук за мячом.

3. Этап закрепления и совершенствования элементов игры водное поло включает в себя подвижные игры соревновательной направленности с элементами водного поло и отдельные тактические приёмы. Последовательность обучения:

- подвижные игры, игры-эстафеты;
- соревнования с элементами водного поло;
- командная игра по упрощённым правилам;
- отдельные тактические приёмы.

Водное поло – командная игра, в которой совместные действия игроков преследуют единую цель. Поэтому на начальном этапе обучения игре в водное поло для повышения ответственности ребёнка за свои действия немаловажным является использование подвижных игр, игр-эстафет, в которых результат команды зависит от действий каждого игрока. Это побуждает приложить максимальные волевые и физические усилия для достижения наилучшего результата в командной игре, а также согласовывать свои действия с действиями сверстников на основе дружеских взаимоотношений и сплочённости.

Освоение основных ватерпольных приёмов владения мячом позволяет подготовить детей 5–7 лет к игре водное поло. Несмотря на то, что на этом этапе у юных ватерполистов в основном уже сформированы представления о технике и тактике ватерполо, в игровой ситуации необходимо исправлять ряд ошибок, среди которых наиболее частыми являются: неоправданное ведение мяча, его задержка, неправильное распределение игроков на игровой площадке. Для исправления этих ошибок используются разъяснения о том, что:

- вести мяч в игре следует, только если не можешь передать его партнёру;
- для более быстрого перемещения мяча к воротам целесообразнее сделать передачу партнёру;
- при приближении соперника более безопасно вести мяч дальней от него рукой и сделать обманное движение и т. д.

Командная игра по упрощённым правилам применяется с хорошо подготовленными детьми, которые освоили на достаточном уровне описанные выше технические и тактические элементы водного поло. Это служит основанием для создания постоянных команд. Например, одна группа воспитанников может быть разделена для игры в водное поло на команду мальчиков и команду девочек или на смешанные команды. Для улучшения ориентации на детей разных команд нужно надевать шапочки разных цветов (белые и синие). Игруют 2 команды, каждая из которых состоит из 6 игроков, проводятся 2 тайма по 3–5 мин. За каждый заброшенный в ворота мяч команде начисляется 1 очко. В процессе игры нужно вести мяч, толкая своим телом, одной рукой выполнять передачу мяча, бросок в ворота. Нельзя отбирать мяч у соперника, класть руку на мяч, если он в руках у другого игрока, драться, толкаться и др. Можно лёгким движением руки выбить мяч у соперника, не касаясь его рук. Стараться продвигаться к воротам, не нарушая правил. Если мяч в воротах, то команда, забившая мяч, уходит в защиту, а другая начинает нападение.

Весь многоэтапный процесс обучения детей дошкольного возраста игре водное поло требует создания определённых условий в плавательном бассейне, включая разметку площадки и размещение ворот. Важно иметь в наличии достаточное количество мячей и другого вспомогательного инвентаря.

Наиболее эффективным является обучение дошкольников элементам спортивных игр в процессе проведения тематических физкультурных занятий. Тематическое занятие может быть посвящено какой-либо одной спортивной игре (баскетбол, футбол, волейбол, теннис, бадминтон, хоккей и др.). Структура тематического физкультурного занятия не отличается от структуры традиционного занятия. Основное отличие заключается в подборе средств для каждой его части. Например, во вводной части занятия можно использовать подготовительные упражнения, техника которых близка к элементам спортивных игр. Многие разновидности ходьбы и бега являются первыми шагами для последующего освоения перемещений в спортивных играх; различные виды бросаний и метаний мяча близки к технике передач, бросков.

В основной части такого занятия применяются подводящие или специальные упражнения для обучения элементам техники спортивной игры, а также подвижные игры и игровые задания для закрепления и совершенствования разученных ранее элементов. В заключительной части – тематические подвижные игры малой интенсивности, упражнения в расслаблении; статические или динамические дыхательные упражнения [5].

Выводы. В учебной программе дошкольного образования раздел «Элементы спортивных игр» представлен освоением детьми старшего дошкольного возраста элементов хоккея, футбола, бадминтона, баскетбола, городков, настольного тенниса. Вместе с тем, простейшие элементы многих спортивных игр доступны детям уже со среднего дошкольного возраста.

Процесс обучения детей элементам спортивных игр базируется на общих теоретических основах обучения (задачи, методы, этапы) и на специфическом использовании средств обучения конкретной игре на каждом этапе (физических упражнений, игровых, соревновательных заданий). При обучении дошкольников спортивным играм необходимо обеспечить сознательное освоение действий детьми, сформировать у них интерес к игре и желание применять освоенные на занятиях элементы в самостоятельной двигательной деятельности. Поэтому важнейшая роль в образовательном процессе отводится педагогу, который должен владеть техникой спортивных игр и методикой обучения, быть заинтересованным в результатах педагогической деятельности.

Список использованной литературы

1. Физическая культура и здоровье: подвижные и спортивные игры : пособие для учителей учреждений общ. сред. образования / А. Г. Фурманов [и др.]; под общ. ред. М. Е. Кобринского, А. Г. Фурманова. – Минск : Аверсэв, 2016. – 478 с.
2. Учебная программа дошкольного образования. – Минск: Нац. ин-т образования, 2019.
3. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие по специальности «Физическая культура» / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 6-е изд., стереотипное. – М. : Академия, 2008. – 478 с.
4. Борисова, М.М. О спортивных играх современных дошкольников / М.М. Борисова, Н.Э. Власенко // Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе : сб. науч. ст. Всероссийской очно-заочной науч.-практ. конф. – Воронеж : Научная книга, 2015. – С. 83–89.
5. Власенко, Н.Э. Основы методики обучения детей дошкольного возраста элементам спортивных игр / Н.Э. Власенко // Взаємодія духовного й фізичного виховання в становленні гармонічно розвинутої особистості: зб. ст. за матеріалами III міжн. науково-практичного онлайн-конференції. — Слов'янськ: Донбаський державний педагогічний університет, 2018. — С. 461—467.